مُسلمان لڑکیوں کی دینی اور اخلاقی تعلیم کا سِلسلہ

مصنفہ حکیم مولوی مرزا محمد نذیر صاحب عرشی مولوی فاضل منشی فاضل اس
سلسلے کو بزرگانِ قوم اور ملک کے اخبارات نے پسند فرمایا ہے۔

تعلیم النسا کا قاعدہ جس میں حرف شناسی و عبارت خوانی کے ساتھ ساتھ چھوٹی چھوٹی لڑکیوں کے خیالات اور محاورات کا خاص لحاظ رکھا گیا ہے۔ اور اس سلسلے کی آیندہ دینی و ادبی تعلیم کا آغاز مفرد و مرکب الفاظ کی صورت میں کیا گیا ہے۔ قیمت دو آنہ ۲ر

تعلیم النساء کی پہلی کتاب جس میں آیندہ دینی و ادبی تعلیم کی بنیاد رکھنے کے لئے آسان لفظوں میں توحید و رسالت کے تصور کی طرف رہنمائی کی گئی ہے پھر چند مناظر قدرت دکھائے ہیں اور کئی نصیحت آمیز کہانیوں کے نیک نتائج پر توجہ دلائی ہے۔ قیمت ۳ر

تعلیم النساء کی دوسری کتاب جسمیں دینداری۔ سلیقہ۔ عام ادب اور اخلاق کے متعلق ابتدائی باتیں چھوٹی لڑکیوں کے مذاق اور ادراک کے موافق مختلف دلچسپ پیرایہ میں درج ہیں قیمت ۴ر

تعلیم النسا کی تیسری کتاب جس میں اسلامی عقائد اور مسائل طہارت و نماز کا بیان بزرگوں اور عزیزوں کے ساتھ نیک سلوک کی ترغیب اور خانہ داری کے ہر شعبہ کا ذکر شاروزی کاروبار کے آداب اور اخلاق کا بیان تفصیل کے ساتھ مختلف دلچسپ پیرایوں میں لکھا گیا ہے قیمت ۱۰ر

تعلیم النساء کی چوتھی کتاب متعلق مسائل دینیہ جس میں معتبر کتب فقہ مثلاً قدوری۔ شرح وقایہ۔ درمختار۔ فتاویٰ عالمگیری وغیرہ کی مدد سے خاص مستورات کی ضرورت کے موافق آسان و سلیس لہجہ میں تمام مسائل کو بیان کر دیا گیا ہے ۱۲ر

تعلیم النسا کی پانچویں کتاب عنقریب ہدیہ ناظرین ہوگی۔

المشتہر:۔ محمد حفیظ اللہ قریشی مالک قریشی بک ایجنسی لاہور

دنیا بھی ایک بہشت ہے اللہ رے کرم
کن نعمتوں کا حکم دیا ہے جواز کا

مربے حلوے آچار اور چٹنیاں

اس کتاب میں صدہا مزیدار اور لذیذ مربے خوشنما اور خوشگوار آچار خوشبودار حلوے وغیرہ تیار کرنے چٹنیاں بنانے وغیرہ کی ترکیبیں درج کی گئی ہیں

جانفشانی اور بڑی محنت سے فاین عالم کے لئے مرتب کیگئی

بار دہم

سنہ ۱۹۲۰ء

کارخانہ پیسہ اخبار خادم التعلیم سٹیم پریس لاہور میں چھپکر میاں عبدالمجید کے اہتمام سے شایع ہوئی

بسم اللہ الرحمن الرحیم

ہیں وصف ہزار اور دہان ایک — افزوں ز شمار اور زبان ایک
دیکھنے کو ہیں مختلف مضامین — مضمون ہے ایک اور بیان ایک
چکھنے کو مزے کئی طرح کے — پیدا ہے خدا نے کی زبان ایک
سوچو تو ہے یہ رمز کیسی گہری — قالب ہیں بہت سے اور جان ایک

حمد و ثنا کے لائق ذات اس جامع الصفات و منبع موجودات کی ہے کہ جس نے زبان کو ذائقہ لینے کی طاقت بخشی اور شیرین دہنی کیواسطے انواع و اقسام کے لذیذ میوے پیدا کئے نعت کا سزاوار وہ حبیب خدا انبیاؤں کا سردار ہے جس کے نام لینے سے زبان کو وہ مزہ آتا ہے کہ مربوں اور حلوؤں کو بھول جاتی ہے اور جسکے اذکار سے دہان کو وہ ذائقہ حاصل ہوتا ہے کہ جہان کے اچار اور چٹنیوں کو بالائے طاق کہتا ہے امابعد احقر العباد غلام نبی ملازم سفری ڈاک خانہ پنجاب بخدمت جملہ شائقین و ناظرین کتاب ہذا عرض پرداز ہے کہ میں نے اس رسالہ کو اپنے ہموطن بھائیوں کے استفادہ کے واسطے اس غرض سے تالیف کیا کہ وہ آیندہ اپنا شوق پورا کرنے کے واسطے کسی دوکاندار عطار کی خوشامد نہ اٹھائیں جب چاہیں ترکیب کو کتاب سے دیکھکر بنائیں اور لطف اٹھائیں مگر ہاں اپنا شوق پورا کرکے بندہ کو بھی بغرض حصول ثواب دعا سے

خیر سے یاد فرمائیں۔ ہم نے صرف یہی مدنظر رکھا ہے کہ ؎

نوشتہ بماند سیاہ بر سفید
نویسندہ را نیست فردا امید

مربوں کا بیان

مربہ بسبب میٹھے پن کے ہضم خوب ہوتا ہے اور چونکہ روح کی طبعی غذا حلاوت یعنی مٹھاس ہے اس لئے مربہ غذا خوب بنتا ہے یہ بات ثابت ہو چکی ہے کہ کھانا کھا چکنے کے بعد یا ساتھ میٹھا کھانا موجب تحلیل اس غذا کا ہے کیونکہ روح حلوا کو یعنی مٹھائی کو زیادہ پسند کرتی ہے۔ اس لئے غذا کو بنانے میں زیادہ مصروف رہتی ہے۔ بنابریں جو کھانا کھایا گیا ہوگا وہ بھی ہضم ہوگا اور کثیر الغذا ہو جاویگا۔ بہت دفعہ دیکھا گیا ہے۔ کہ اگر کسی کھانا کھانے کے بعد میٹھا کھایا جاوے اور پھر کسی سبب سے قے ہو جائے تو میٹھا قے میں نہیں نکلتا جب تک کہ قے انتہا درجہ کو نہ پہنچے۔ خواہ میٹھا پہلے خواہ بعد کھایا گیا ہو۔ لہذا ثابت ہوا کہ میٹھا طبیعت کو نہایت ہی پسند ہے۔ گو زیادتی سے نقصان کرتا ہے کیونکہ زیادتی ہر شئے کی خراب ہے۔ جب یہ بات ثابت ہو چکی کہ کھانے کے بعد میٹھا کھانا باعث تحلیل غذا کا ہے اسلئے ضرور چاہیے۔ کہ تھوڑا میٹھا کھایا جائے صرف میٹھا کھانے سے بہتر مٹھائی اور مٹھائی سے بہتر چاشنی اور چاشنی سے بہتر مربہ ہے۔ کہ دوا بھی ہے اور غذا بھی اور نیز بسبب اپنی ترکیب کے اپنی اثر غذا کی تحلیل کرتا ہے

اب ہم چند ترکیبیں مختلف اقسام کے مربہ بنانے کی لکھتے ہیں

سونٹھ کا مربہ

عمدہ سونٹھ جس میں ریشہ نہو لیکر ہنڈیا میں ڈال دو اس پر بالو دیکر ہنڈیا کو منہ تک بالو سے بھر دو۔ پھر بالو کو پانی سے تر کر دو۔ اسی طرح ہر روز بالو کو تر کر دیا کرو ۲۱ روز تک علی التواتر رکھنا چاہئے۔ پھر بالو ہٹا کر سونٹھ کو نکال کر دھو کر صاف کر دو۔ اور کسی نوکدار شئے سے یا چاقو سے اس پر چھینے لگائیں تب شہد اور پانی کا قوام تیار کریں اور ساتھ ہی قوام کے اسکو بھی جوش دیں۔ جب قوام پک جائے تب اتار کر کسی برتن میں ڈال کر منہ بند کر کے رکھیں

فائدہ:۔ قوام تیار کرنے کی یہ پہچان ہے کہ لعاب کی طرح گاڑھا ہو جائے اور بندھنے لگے۔ اگر تار نہ بھی بندھے تو کچھ مضائقہ نہیں۔ مگر پانی قریباً ⅔ یا نصف کے جل جائے تا کہ پختگی کو پہنچ جائے ورنہ کچا قوام تھوڑے ہی دنوں میں خراب ہو جاتا ہے۔ سونٹھ کو چھینے سے یہ مطلب ہے کہ میٹھا اسکے جسم میں نفوذ کر جائے یہ چنانچہ سونٹھ ہی سے مخصوص نہیں بلکہ ہر ایک میوے وغیرہ کو جس کا مربہ ڈالنا منظور ہوتا ہے چھا کرتے ہیں تا کہ انکے ذریعہ چاشنی اسکے تمام جسم میں پہنچ جائے مخفی نہ رہے۔ کہ سونٹھ کے مربہ کے واسطے چاشنی اس قدر ہو۔ کہ سونٹھ اس میں ڈوبی رہے۔

فواید

چونکہ سونٹھ گرم خشک ہے۔ لہذا اس کا مربہ ہاضم اور مقوی باہ ہے معدے اور گردہ و مثانہ کی برودت کا دافع ہے معدہ کی رطوبت بلغم کو دفع کرتا

ادرار بول کرتا ہے۔ اور بلغمی تپ کو مفید ہے

ترکیب دیگر

عمدہ سونٹھ لیکر تین شبانہ روز پانی میں تر رکھتے ہیں۔ تاکہ نرم ہو جائے
جب نرم ہو جاتی ہے۔ تب اسکو چاقو سے تراش کر یا کدو کش سے نکالکر
ہار یک لچھے کر لیتے ہیں۔ تب پانی میں اوبال کر خوب ہی نچوڑتے ہیں
پھر قوام تیار کر کے بطریقہ معلومہ اس میں ڈالکر تیار رکھتے ہیں
واضح ہو۔ کہ قوام خواہ شہد کا کرو خواہ کھانڈ کا۔ خواہ عمدہ
گڑ کا اختیار ہے۔

مربائے ترنج

اسکی دو ترکیبیں ہیں۔ ایک تو چھال کا مربہ بناتے ہیں۔ دوم
میوہ چھیل کر اول ہم چھال کے مربہ کی ترکیب بیان کرتے ہیں۔ قدرے
پوست ترنج کو دُگنے پانی میں اُبالیں۔ جب پانی نصف رہ جائے اور پوست
نیم پخت ہو جائے۔ تب اُتار کر نچوڑ کر پانی سے الگ کریں۔ پھر شہد یا
قند کا قوام کر کے اس میں ڈالیں اور جوش دیں جب تیار ہو جائے مرد کر رکھیں

ترکیب میوہ کے مربہ کی

حسب طریقہ بالا چاشنی کا قوام کر کے نارنگی یا ترنج کو چھیل کر اس میں
ڈال دو۔ خواہ ہر ایک پھانک الگ الگ کر کے ڈالو خواہ اکٹھی ڈالو
مگر جوش نہ دینا چاہئے کیونکہ جوش دینے سے صرف نرم کرنا مطلوب ہوتا ہے لہذا جو ہو

سخت ہوتا ہے جیسے انبہ۔ آنولہ وغیرہ وغیرہ کو جوش دینا ضروری ہے۔ نہ کہ ترنج کے سے نرم میوہ کو

فوائد :- ہاضم ہے دل اور معدے کو قوت دیتا ہے طبیعت کو فرحت بخشتا ہے

مربائے انبہ کا بیان

عمدہ انبہ جو موٹے اور قریب پختگی کے ہوں لیکر اوپر کی چھال تراش کر اوتار کے کسی نوکدار شئے سے یا چھری کانٹے سے اسکے جسم میں قدرے چھنے لگاویں تب ذری خفیف سا جوش دیکر اُتار لیں اور پانی سے صاف کر کے پونچھیں ادہر قند سیاہ عمدہ خواہ قند سفید کا قوام کر کے اس میں چھوڑ دیں اور کسی روغنی یا چکنی یا قلعی شدہ برتن میں ڈال رکھیں اور استعمال کریں اسکا مربہ ہاضم مقوی معدہ و دل ہے دافعہ پیاس ہے لوکیواسطے بڑا مفید ہے

مربائے آنولہ

بڑے بڑے اور قریب پختگی کے پہنچے ہوئے آنولہ کسی قدر لیکر بانس کے تنکے یا کانٹے سے گود لو یعنی چھید ڈالو تب ایک برتن میں قلعی چونہ خوردنی پانی میں گھول کر تین روز کے بعد مقطر پانی لیکر اور اس پانی میں آنولہ کو چھوڑ دو۔ ۳ روز تک اسمیں ڈوبا رہنے دو چوتھے روز نکال کر آب زلال سے دہو کر صاف کرو۔ اور ایک ہلکا سا جوش دیکر پانی سے پاک کرو پھر تہوڑے سے گھی میں بھون کر کپڑے سے چکنائی انکی پونچھ کر دور کرو تب شکر سفید کا قوام کر کے اس میں چھوڑ دو مگر یہ معلوم ہے کہ آنولہ اور ہلیلہ زرد کا قوام چند روز بعد پتلا ہو جایا کرتا ہے۔ جب قوام کو رقیق دیکھو تو تھوڑی سی شکر ملا کر قوام گاڑھا کر لیا کرو

فوائد

مقوی دل و دماغ و معدہ ہے مفرح طبیعت ہے۔ حابس شکم ہے مقوی باہ اور ہاضم طعام ہے۔ چاندی کے ورق سے کھانا دل کی قوت بڑھاتا ہے

مربائے سیب

کشمیری سیب جو موٹے اور بے داغ ہوں لیکر چھیل کر چھلکہ سے صاف کرو اور تنکے یا کسی نوکدار شئے سے اسکے جسم کو گود کر خفیف سا جوش دیکر قوام شکر سفید میں جو ابھی نیم پختہ ہو۔ ڈال دو جب وقت قوام تیار ہو جائے۔ اُتار کر سرد کرو اور استعمال کرو۔

فوائد

معتدل ہے۔ دل اور جگر کی گرمی کو کھوتا ہے۔ مقوی دل و جگر ہے مفرح طبع ہے۔ خصوصاً چاندی کے ورق سے لپیٹ کر کھانا ضعف دل کو دور کرتا ہے۔ اور منہ کی بدبو دفع کرتا ہے

مربائے بیہ

بیہ کو کاٹ کر اور چھیل کر تخم اور پوست سے صاف کرو اور قدرے پانی میں ڈال کر جوش دو کہ نیم پختہ ہو جاوے تب قوام قند سفید میں ڈال کر پکا کر سرد کرو

فوائد

معدہ کو قوت دیتا ہے غثیان اور قے کو ہٹاتا ہے۔ ہیضہ اور ہچکی کو

مفید ہے۔ درد جگر نافع ہے۔ مفرح طبع ہے

مربائے اخروٹ

سبز اخروٹ لیکر چھلکہ سے صاف کرو اندر کا مغز نکال کر جو قریب سختگی کے ہو شہد اور پانی میں ڈالکر اس قدر پکاؤ کہ قوام ہو جائے تب استعمال کرو۔

فوائد

معدہ کو قوت دیتا ہے۔ اور ہر روز ۳ ماشہ صبح اور ۳ ماشہ شام کو کھانا قوت باہ بڑھاتا ہے۔

مربائے امرود

امرود بلخی یا اصفہانی عمدہ ہوتے ہیں مگر چونکہ ہندوستان میں انکا ملنا غیر ممکن ہے لہذا الہ آباد کے امرود لو۔ انکے بیج خربوزہ کی طرح ایک جا جمع ہوتے اور کاٹنے سے الگ الگ گر پڑتے ہیں خلاف اور امرودوں کے انکے بیج گودے میں پیوست ہوتے ہیں۔ الغرض الہ آباد کے بڑے بڑے امرود لیکر انکا چھلکہ باریک اوپر سے اوتار لو۔ تب دو دو ٹکڑے کر کے اندر سے بیج بھی نکال دو ازاں بعد انکو ہنڈیا میں ڈال کر آگ کا تاؤ دو۔ کہ نیم سخت ہو جاویں تب ان میں موافق ضرورت قند سفید اور قدرے پانی ڈال کر قوام کرو۔ اور جب قوام تیار ہو جائے۔ تب سرد کر کے برتن میں ڈال کر منہ بند کر کے چالیس روز ویسا ہی پڑا رہنے دو۔ تاکہ مقررہ مدت میں وہ اپنا مزاج قائم کر لیں۔ بعد چالیس روز کے استعمال میں لاؤ۔

فوائد

ہاضم ہے۔ دل اور معدے کو قوت دیتا ہے طبیعت کو فرحت بخشتا ہے

پستہ کے چھلکے کا مربہ

پستہ سبز کا کچا اور ہرا چھلکا اتار کر پانی میں پکاؤ جب جوش کھا کر نیم پخت ہو جائے۔ تب پانی سے نچوڑ کر صاف کر کے رکھو اور شہد سفید میں ڈال کر ساتھ ہی ان چھلکوں کو ڈال دو۔ اور پکانا شروع کرو جب پک کر قوام تیار ہو جائے۔ تب سرد کر کے استعمال کرو

فوائد

مقوی معدہ مقوی جگر و دماغ و دل اور ان اعضاء رئیسہ کے امراض مزمنہ کے واسطے بدرجہ غایت مفید ہے۔

مربائے ہلیلہ زرد

سو عدد ہلیلہ زرد لیکر انکو کسی روغنی یا چینی کے برتن میں ڈالکر اوپر انکے پارینہ اپلے کی راکھ دیکر دیگ میں ڈال دو اس پر پانی ڈالکر راکھ کو خوب تر کرو تیسرے روز راکھ اور پانی بدل دیا کرو دس روز کے بعد ہڑ کو نکال کر دیگ میں ڈال کر اس قدر پانی ڈالو کہ اس سے اوپر تک آجائے تب تھوڑا سا عنبر بھی اس میں چھوڑ دو اور جوش دینا شروع کرو جب خوب پک جائیں تب ہلیلہ کو نکالکر صاف پانی سے دھو کر کپڑے سے آہستگی تمام پونچھو کہ پوست جدا نہ ہونے پائے تب کسی نوکدار شئے سے جسم کو گود کر شہد میں ڈالدو لیکن ہر ہفتہ شہد بدل دیا کرو کیونکہ

اسکی کرواہٹ نہ جائے۔ شہد عمدہ نہیں رہتا۔ غرضکہ چالیس دن تک اسی طرح بدلتے رہیں۔ پھر اور شہد عمدہ اور سفید ڈال کر دس روز پڑا رہنے دیں۔ تب استعمال کریں۔ اگر بجائے شہد کے قند کا قوام ڈالنا منظور ہو۔ تو ہلیلہ کو چونہ کے آب مقطر میں پکا کر اور کپڑے سے صاف کر کے قوام میں ڈالیں

فوائد

نسیان کو زائل کرتا ہے۔ سدہ بلغمی کو کھولتا ہے۔ قوت باصرہ کو بڑھاتا ہے۔ مقوی معدہ ہے۔ ہاضم ہے۔ طبع نرم کرتا ہے۔ بواسیر بادی کو مفید ہے معدہ کو فضولات اور رطوبت سے پاک کرتا ہے اگر ایک سال علی التواتر کھائیں اور جماع و کھٹائی سے پرہیز کریں۔ تو مدت العمر طاقت بنی رہتی ہے بلکہ بال بھی سفید نہیں ہوتے۔ باہ بہت پیدا ہوتی ہے۔ معدہ صاف رہتا ہے

فوائد

معلوم رہے۔ کہ ہلیلہ کا مربہ دو طرح سے بناتے ہیں۔ ایک تو سبز کا دوم سوکھی کا یعنی ہڑ کو کچھ عرصہ رکھ اور پانی میں دبا کر نرم کر کے بناتے ہیں۔ لہذا ہم ہم دونوں قسم کے مربوں کی پہچان لکھتے ہیں۔

اول: پہچان یہ ہے کہ مربہ میں سے گٹھلی نکال کر اسکو پھوڑو۔ اگر اس کے اندر سے سیاہ لعاب نکلا۔ تو جانو کہ سبز ہلیلہ کا مربہ ہے ورنہ خشک

دوم: اگر چوسنے میں فضلہ کچھ منہ میں نہ رہے۔ یا بہت ہی کم رہے۔ تو جانو کہ ہلیلہ سبز کا مربہ ہے۔ ورنہ خشک کا۔

مربائے نارجیل

نارجیل کا گودہ چھیل کر پانی خالص میں تین روز تر رکھو۔ پھر شہد اور نصف وزن پانی میں ڈال کر پکاؤ۔ جب پک جائے اور قوام تیار ہو جائے اتار کر سرد کرو

فوائد

فالج کو مفید ہے۔ اور باہ پیدا کرتا ہے

مربائے بچ

بچ عمدہ لیکر تین روز تک پانی میں تر رکھو یا راکھ میں حسب معمول مذکور دبا چھوڑ دو تاکہ نرم ہو جائے۔ تب خفیف سا جوش دیکر نیم پخت کر کے پانی سے نچوڑ کر نکال دو۔ اور کپڑے سے صاف کرو۔ پھر شہد یا شکر کا قوام کر کے پکتے قوام میں چھوڑ دو۔ اور بعد تیار ہونے کے استعمال کرو۔

فوائد

مرگی۔ فالج۔ لقوہ کو مفید ہے۔ نسیان کو دور کرتا ہے معدہ کے اس درد کو جو ریح سے ہو مفید ہے۔ قولنج ریح اور صلابت طحال کو نافع ہے امعا کی پیچش کو کھوتا ہے صفرا اور بلغم کو نکالتا ہے۔ بطریق مسہل

مربائے لہسن

عمدہ اور بڑی بڑی لہسن کی گرہ لیکر چھیل کر مقشر کرو اور شیر تازہ میں ایک

رات دن تر رکھو۔ پھر نکال کر بہت سے شہد میں ڈال کر قوام کرو۔ شہد
بہت ہو تاکہ لہسن کی تلخی زائل کر کے حلاوت پیدا کر دے۔ جب قوام تیار
ہو جائے۔ تب ادویہ ذیل ڈالو۔ تاکہ لہسن کی بو زائل ہو

ادویہ یہ ہیں

الائچی دارچینی ہر ایک سہ ماشہ۔ لونگ۔ جوزبوا۔ زعفران ہر ایک ڈیڑھ
ماشہ۔ ان سب کو کوٹ کر اور چھان کر ڈالو۔ یہ مقدار ۲ من لہسن کی بو
زائل کر سکتی ہے۔ فوائد:۔ فالج اور لقوہ کو دفع کرتا ہے۔ بلغمی مرض کو
کھوتا ہے۔ معدہ کو رطوبات سے پاک کرتا ہے۔

مربائے پیٹھا

پیٹھے کو کسی طشت میں رکھکر تیز چھری سے اسکا چھلکا تراشیں اور
چھیل کر اس کا سخت گودا الگ اور نرم گودا جس میں بیج ہوتے ہیں
الگ کریں۔ اس نرم میں ڈالیں۔ اور اس پانی میں جو چھیلتے وقت اس
طشت میں جمع ہوا ہو ملا کر اور ملکر کپڑے سے چھان لیں اور سخت گودا کو
پھانک پھانک کرکے اس پانی میں ڈالکر جوش دیں۔ جب پانی جل جائے
پھانکوں کو سکھائیں مگر سایہ میں اور اس قدر سکھائیں کہ کچھ تراوت باقی
نہ رہے۔ تب روغن زرد میں بریاں کر کے کپڑے سے پونچھ کر صاف کریں اور
قوام قند سفید میں ڈالکر اتار کر سرد کریں قوام اس قدر ہو کہ پھانکیں اسمیں ڈوبی
رہیں جب قوام رکیک ہو جائے تو قدرے قند اور ڈال کر سخت کر لیں
فوائد:۔ گرم تپ کو خصوصاً دق کو مفید ہے۔ اور درد سر حار کو فائدہ دیتا ہے
خفقان کو زائل کرتا ہے۔ حدت مثانہ کو کھوتا ہے جگر کی حرارت کو تسکین دیتا ہے

مربائے گاجر

گاجر کو استخوان اور پوست سے پاک کر کے خیر گاؤ میں اس قدر جوش دو کہ نیم پختہ ہو جائے تب قدرے گھی میں بھون کر کپڑے سے صاف کر کے قوام تیار شدہ میں ڈالدو
فوائد:۔ مقوی باہ ہے اس کے کھانے سے خون صالح پیدا ہوتا ہے۔ مفرح طبع ہے۔ پیاس کو زائل کرتا ہے۔ حرارت صفرا کو کھوتا ہے

مربائے بانس

موٹے اور ہرے بانس کے کچے کونپل کو چھیل کر ٹکڑے کرو۔ خواہ ٹکڑے مثل گنڈیری کے ہوں۔ خواہ چورس ہوں۔ تب قدرے پانی میں جوش دو کہ ریشہ بانس کا گل جائے۔ اس وقت قند سفید کا قوام گاڑھا کر کے اس میں ٹکڑے ڈال دو۔ اور تھوڑی سی دیر تک آگ پر رکھو۔ تاکہ گرم گرم قوام ٹکڑوں میں نفوذ کر جائے۔ بعد چندے استعمال کرو۔

فوائد:۔ مقوی معدہ۔ مسکن صفرا۔ قاطع بلغم۔ ہاضم۔ مولد خون صالح۔ مشتہی

مربائے بادام

مغز بادام چند روز آب شور میں تر رکھو۔ پھر نکال کر آب زلال سے دھو کر کپڑے سے صاف کرو۔ قدرے شہد اور پانی سے ملا کر جوش دو۔ کہ قریب پختگی کے پہنچے۔ تب اتار کر سرد کرو۔ اور بعد تین روز کے پہلے شہد کو بدل کر اور شہد عمدہ اور سفید ڈالو۔ اور خفیف سا جوش دیکر سرد کر کے تب استعمال کرو۔

فوائد

کھانسی کو مفید ہے۔ سینہ کی خشونت اور حلق کی کھجلی کو دفع کرتا ہے۔ مقوی ہے۔

نکتہ۔ واضح ہو کہ مغز بادام خواہ کتنی دیر تک پانی میں پکایا جائے مگر جب کھاؤ۔ تجربہ ضرور کریگا یعنی دانت کے تلے آکر ضرور بولیگا۔ آگ کی حرارت اسکے جسم کو حلیم نہیں کرتی۔ جیسے کہ اشیاء مثل دال نخود وغیرہ گل کر نرم اور حلیم ہو جاتی ہے۔ مگر مغز بادام ایک ترکیب سے مثل اور غلہ اور دانہ کے گل کر نرم ہو جاتا ہے۔ ترکیب یہ ہے کہ جب کسی قدر مغز بادام کو پانی میں جوش دو تو اس پانی میں قدرے ریہ یعنی شور زمین کا کار جسکو دھوبی لوگ کپڑوں پر لگا کر دھوتے ہیں ڈالدو۔ اسکی تیزی اور کھار سے مغز بادام گل جاوینگے۔ واضح ہو کہ ریہ کھاری زمین پر سفید شورہ سا جما ہوا ہوتا ہے جسکو جمع کرکے دھوبی استعمال کرتے ہیں اکثر یہ شور موسم برسات کے شروع میں کثرت سے پایا جاتا ہے۔ بعض جگہ زمین میں ملا جلا ہوتا ہے۔ وہاں کی کھار زمین کا آندھ ہوتی ہے

مربائے شقاقل مصری

شقاقل کو تین روز رات دن پانی میں تر رکھو مگر ہر روز پانی بدل دو۔ بعد تین روز کے پانی سے نکال کر چھلکے سے صاف کر دو پھر پانی میں اس قدر اوبالو کہ نیم سخت ہو جائے تب شہد میں ڈال کر قوام کرو اور کسی برتن میں ڈالکر چالیس روز رکھا رہنے دو۔ بعد چالیس روز

کے استعمال کرو

فوائد

باہ کو بڑہاتا ہے۔ نعوذ اور انتشار کو لاتا ہے۔ امراض مثانہ کو زائل کرتا ہے

مربائے ثعلب مصری

ثعلب مصری اگر نرم تر اور تازہ ہاتھ لگے۔ تو تین روز ورنہ بارہ روز پانی میں بھگو رکھو۔ اور ہر روز پانی بدل دیا کرو۔ بعد مدت معہودہ اسکو سوئی یا کسی اور نوکدار شئے سے گود کر خوب نچوڑو کہ تمام لعابدار پانی اندر سے نکل جائے اگر قدرے باقی رہے تو چند روز اور بھگا کر پھر نچوڑو۔ غرضکہ بھگو کر اور نچوڑ کر تمام اندر کا لعاب نکال لو۔ تب دُگنے شہد میں ڈال کر تین روز کے بعد جوش دو۔ کہ شہد قوام پکڑے۔ تب بعد تیار ہونے کے چالیس روز پڑا رہنے دو۔ اور استعمال کرو۔

فوائد :۔ منی کو بڑہاتا ہے۔ باہ کو ابھارتا ہے۔ قوت شہوانی زیادہ کرتا ہے گردہ اور پشت کو طاقت دیتا ہے دماغ کو تر کرتا ہے اور مفرح طبع ہے

مربائے بہمن

بہمن سفید کو چھیل کر تین روز تک برابر رات دن پانی میں تر رکھو۔ چوتھے روز نکال کر سوئی یا کسی نوکدار شئے سے اسمیں سوراخ کرو اور

ایک روز پہر پانی میں تر رکھو۔ تب نکال کر خوب نچوڑو کہ تمام پانی اندر سے
نکل جائے پھر برابر میٹھا اور دگنا پانی ڈال جوش دو۔ جب قوام ہو جائے تب
اُتار کر کسی برتن میں ڈالو۔ اور بعد تین روز کے پھر ایک خفیف سا جوش دو
اور بعد ازاں کسی چینی کے مرتبان میں ڈالکر چالیس روز پڑا رہنے دو
بعد چالیس روز کے استعمال کرو۔

مربائے تمر ہندی یعنی انبلی

انبلی کا گودا چھلکہ سے صاف کر کے ایک رات پانی میں تر رکھو۔ کہ
نرم ہو جائے اور اگر نرم ہو۔ تو بھگونے کی حاجت نہیں۔ تب قند سفید
کا قوام بنا کر اس میں ڈال دو۔ اور بعد تین روز کے استعمال کرو۔
فی الحال صفرا کو خارج کرتا ہے پیاس کو دفع کرتا ہے ملین طبع ہے معدہ کو
رطوبت سے صاف کرتا ہے۔ ہاضم ہے۔ بھوک پیدا کرتا ہے

مربائے آلو

آلو کو چھیل کر اور گود کر پانی میں ڈال کر خوب پکاؤ اور وہی شے جو
بادام کے مربہ میں مذکور ہوئی ہے ڈالو۔ تاکہ جسم نرم ہو جائے۔ تب اُتار کر خوب
زور سے دباؤ۔ کہ پانی نکل جائے۔ بعد ازاں قدرے گھی میں بھون کر
کپڑے سے چکنائی پونچھ کر صاف کرو۔ تب قند سفید کا قوام کر کے
اس میں ڈال کر پکاؤ۔ بعد تیار ہو جانے کے کسی برتن میں ڈالو مگر
تین روز کے بعد پھر ایک خفیف سا جوش دیکر کسی روغنی برتن
میں رکھو۔ اگر قوام رقیق ہو جائے۔ تو تھوڑا میٹھا اور ڈالکر جوش دو

فوائد

پیاس کو جگر کی حرارت اور معدہ کی گرمی کو مفید ہے

مربائے ہلدی

ہلدی ہری اور تازی عمدہ لے کر چیر کر پھانکیں کرو۔ تب سہ چند شہد سفید میں ڈال کر قوام کر دو۔

فوائد:۔ قوت باہ کو زیادہ کرتا ہے۔ پشت اور کمر کے درد کو مفید ہے۔ امراض جلد مثل خارش بدن کو نافع ہے۔ آنکھ کی بینائی کو مفید ہے۔

ترکیب قوام بنانے کی

واضح ہو کہ مقدار کھانڈ اور پانی کی یہ ہے۔ کہ جس قدر کسی شئے کا مربہ ڈالنا ہو۔ اگر وہ شئے خود میٹھی ہے تو ڈیوڑھا میٹھا اور تگنا پانی ڈالو۔ مثلاً سیب یا ناشپاتی وغیرہ میٹھا میوہ ہے اب فرض کرو کہ میوہ سیر بھر ہے تو کھانڈ یا چینی ڈیڑھ سیر اور پانی تین سیر ڈالو۔ اول کڑاہی میں قدرے گھی ڈالو تب پانی میں چینی کو گھول کر شربت بنا کر وہ شربت اس گھی میں چھوڑ دو اور پکانا شروع کرو۔ جب پکتے پکتے شربت گاڑھا ہو تب تھوڑا سا بذریعہ چمچہ باہر نکال کر دیکھو۔ اگر تار بندھ ہے۔ تو جانو کہ قوام ہو گیا۔ ورنہ تھوڑی دیر اور پکانا چاہئے۔ اسوقت تک کہ چاشنی کا قوام گاڑھا اور پختہ ہو جائے۔ اور اگر کوئی پھیکی شئے ہو۔ تو میٹھا دگنا ڈالنا چاہئے۔ اگر پھیکی اور لعاب دار

ہو۔ تو میٹھا تگنا اور کڑوی شئے ہو تو تگنا یا قدرے زیادہ ڈالنا چاہئے۔ اگر شہد ڈالنا ہو۔ تو اس اندازہ سے قدرے کم ڈالو۔ مثلاً جس جگہ ۳ سیر کھانڈ یا مصری پڑیگی اس جگہ دو سیر شہد کفایت کریگا۔ مگر اس کا قوام اس طرح کرنا چاہئے کہ شہد میں پانی ڈال کر کسی شئے سے خوب ہی پھینٹے جب شہد اور پانی ہر دو اشیاء باہم مل کر ایک جان ہو جاویں تب آگ پر بتدریج پکاؤ وہ بہت کشادہ چاہئے۔ تاکہ بروقت کف لانے کے چاشنی کناروں سے باہر نہ گر جائے۔ ورنہ تمام شربت اور قوام کا نقصان ہوگا۔ اور ایک لکڑی کا چمچ اس طرح کی شکل ہر وقت چاشنی میں ہلاتے رہو۔ تاکہ اس کا قوام یکساں پکے۔ ایسا نہ ہو کہ میٹھا تہ نشین ہو کر جل جائے اور پانی اوپر رہے۔

ترکیب ناقص شربت کا عمدہ قوام بنانا

سیاہ یا خراب گڑ شیرہ یا ناقص شکر کا عمدہ قوام بنانا ہو۔ تو اس کی ترکیب یہ ہے کہ اول اس میٹھے کو موافق پانی میں حل کر کے شربت بناؤ تب چولہے پر چڑھا کر تلے نرم آگ جلاؤ۔ اور ایک طرف اپنے پاس تھوڑا سا دودھ جس میں قدرے پوٹاش ڈالا ہو تیار رکھو جب شربت گرم ہو جائے۔ تب اس دودھ کا چھینٹا تھوڑا سا دیدو۔ چھینٹے کے دینے سے میل چھٹ کر شربت کی سطح پر جمع ہو جائے گی جیسے دودھ پر بالائی آجاتی ہے۔ اس میل کو کفگیر آہستگی سے اتار کر ایک طشت میں ڈال دو۔ تب اور چھینٹا دو۔ اور دوبارہ کف اتارنے

کے لئے اسی طرح چھینٹا دیتے جاؤ۔ اور کف اُتار کر جمع کرتے جاؤ۔ حتیٰ کہ کف آنا بند ہو جائے۔ اسوقت سمجھ لو۔ کہ اب یہ قوام بے کف ہوا۔ اور سفید ہو گیا۔ مگر اس بات کا خیال رہے کہ آگ بہت ہی کم جلے۔ جیسا کہ بالائی اُتارنے کے واسطے دودھ تلے جلاتے ہیں۔ کیونکہ آگ تیز ہو گی۔ تو شربت کھدبدانے لگیگا۔

کفگیر کا حال

یہ ایک قسم کا لوہے یا لکڑی کا چمچ ہوتا ہے جس میں چند سوراخ ہوتے ہیں۔ اور قدرے اس کا پیندا گہرا ہوتا ہے۔ تاکہ جس وقت کف اُتاری جائے۔ تو جس قدر شربت اس میں آگیا ہو۔ وہ سب سوراخوں کی راہ سے نکل جائے۔ صرف میل یعنی کف اس میں رہ جائے۔

بیان کانٹے کا جس سے میوہ کے جسم کو گودتے ہیں

لکڑی کے دستے میں پانچ یا قدرے زیادہ سوئے یا دیگر نوکدار پھل لگے ہوتے ہیں جس سے میوے کو گود کر یا نوکدار گودنے کی ضرب سے اکٹھے پانچ یا زیادہ سوراخ کر دیتے ہیں۔ تاکہ ان سوراخوں کی راہ سے چاشنی اس میں حلول کر جائے۔ بعض میں تین کانٹے ہی ہوتے ہیں۔ تصویر یہ ہے

لبوب کا بیان

میوہ یا لعاب دار کی رس کو میٹھے سے ملا کر قوام کرنا لبوب کہلاتا ہے

انگریز اس کو جیلی کہتے ہیں۔ سب سے عمدہ لبوب امرود کا ہوتا ہے جس کی ترکیب ذیل میں درج ہے۔

لبوب امرود

کسی قدر امرود لیکر چھلکا اور تخم سے صاف کرو۔ یعنی چھلکا اوپر سے اتار دو۔ اور اندر سے بیج نکال دو۔ بعد ازاں مغز یعنی گودے کو نچوڑ اور کسی کپڑے میں ڈال کر مل کر نکالو۔ تاکہ لعاب دار عرق نکل آوے اور سفل الگ ہو جاوے۔ تب اس لعاب میں برابر کا میٹھا اور دگنا پانی ڈال کر پکاؤ۔ جب قوام درست ہو جاوے یعنی شربت کی طرح تار بندھنے لگے تب اتار کر سرد کرو۔ اور کسی ظرف سنگ یعنی پتھر کے برتن میں یا کانچ کے مرتبان میں رکھو جس قدر لبوب شفاف ہیگا اسی قدر عمدہ ہوگا شفاف جب ہی ہوگا جب سفل نکالا جائیگا۔ اور کھانڈ بھی عمدہ ڈالی جائیگی

لبوب لہسوڑہ

کسی قدر لہسوڑوں کا لعاب نکال لو اس میں دگنا میٹھا اور برابر کا پانی ڈال کر بذریعہ آگ قوام کرو۔ جب شربت کی طرح تار بندھے۔ سرد کرو۔

فوائد

کھانسی اور خشونت سینہ کو مفید ہے۔ کھجلی حلق کو زائل کرتا ہے حدت صفرا اور پیاس کو بجھاتا ہے۔ بخار اور پیشاب کی سوزش کو مفید ہے

فوائد لبوب امرود

امراض صفراوی کو زائل کرتا ہے۔ بالخصوص اسہال صفراوی میں اس کا استعمال بہت مفید ہے۔

لبوب انبہ

کچے انبہ کو بھوبھل میں دباؤ۔ چند عرصہ کے بعد اس کا رس نکال کر اس میں تھوڑا پانی ڈال کر پکاؤ جب قوام ہو جائے تب گھی میں الائچی بھون کر اس کو بگھار دو۔

فوائد

ہاضم ہے۔ مقوی معدہ و بدن ہے۔ بدن کو موٹا کرتا ہے سورج کی گرمی کو زائل کرتا ہے۔

لبوب گوندنی

کسی قدر گوندنیں جو پختہ ہوں اور رس سے خوب بھر رہی ہوں لیکر باریک کپڑے میں باندھکر زور سے دباؤ تاکہ انکا لعاب صاف نکل آوے اور سفل یعنی چھلکا گٹھلی کپڑے ہی میں رہ جائے تب اس لعاب میں قدرے میٹھا اور پانی ملا کر آگ پر قوام کر لو۔ اس کے فوائد لہسوڑوں کے موافق ہیں

لبوب بہدانہ

بہدانہ کسی قدر رات کو پانی میں بھگو دو۔ صبح کو تنکے سے ملا کر اس کا

لعاب کو مقطر کر لو ۔ ملنے کی ضرورت نہیں جس قدر لعاب از خود مقطر ہو جائے وہی عمدہ اور کافی ہے ۔ اس لعاب میں سفید کھانڈ ملا کر قوام کر لو

فوائد :۔ کھانسی خشک اور خشونت سینہ کو مفید ہے ۔ دمہ کو فائدہ مند ہے

لبوب رنگترہ

رنگترہ کا عرق نکال کر اس میں میٹھا ڈال کر پکا کر قوام بنا لو ۔ حدت صفرا کو معدہ اور جگر کی گرمی کو مفید ہے ۔ پیاس کو بجھاتا ہے ۔ ہاضم ہے ۔ مقوی معدہ ہے ۔

فوائد :۔ واضح ہو کہ جس قدر لبوب ہمارے دیکھنے اور سننے میں آئے ۔ وہ سب درج کتاب کئے ۔ باقی جس میوہ کا لبوب بنانا ہو ۔ اس کا عرق یا لعاب نکال کر قوام بنا کر تیار کرو ۔

حلووں کا بیان

ملک ہند کے صوبہ پنجاب خاص کر امرتسر اور لاہور میں حلوے کا بڑا رواج ہے ۔ حلوا عام طور پر میدہ ۔ سوجی گھی اور کھانڈ کا بنتا ہے ۔ مگر خاص طور پر کسی خاص غرض کے واسطے مختلف اشیاء کا حلوا بناتے ہیں جس کی ترکیب ہم مشرح لکھتے ہیں

حلوا سادے آٹے کا

آٹا باریک ایک سیر ۔ گوڑ عمدہ تین پاؤ ۔ گھی پاؤ بھر ۔ اول

کڑاہی میں گھی ڈال کر آٹے کو اس میں خوب بھونو۔ مگر اس بات کی احتیاط رکھو۔ کہ آٹا جل نہ جاوے۔ صرف بھن جانے سے یہ مطلب ہے۔ کہ کچا نہ رہے۔ اُدھر میٹھے کو پانی میں گھول کر شربت کر لو۔ جب آٹا بھن جائے تب اس میں شربت ڈال کر لکڑی کے چمچے سے جو خاص اسی مطلب کے واسطے ہوتا ہے۔ حلوے کو ہلاتے جاؤ۔ جس وقت پاک کر قوام درست ہو جاوے۔ تب حسب منشاء مغزیات ڈال کر اُتار لو۔ اور استعمال کرو۔

دیگر:۔ میدہ عمدہ ایک سیر۔ گھی تین پاؤ۔ قند سفید آدہ سیر۔ گھی کو کڑاہی میں ڈال کر میدہ کو اس میں بھونو۔ جب میدہ بھن چکے۔ تب قند سفید کا شربت ڈال کر پکاؤ۔ جس وقت پاک کر سخت ہو جائے۔ تب اُتار لو۔ اور جو جو مغزیات یا میوہ ڈالنا مناسب ہو۔ ڈال دو۔ اور استعمال کرو۔

حلوائے سوجی

سوجی یعنی روا ایک سیر۔ گھی آدہ سیر۔ میٹھا تین پاؤ۔ سوجی کو گھی میں خوب بھونو۔ تب شربت ڈال کر پکاؤ۔ اور جس وقت پاک کر تیار ہو جائے۔ تب مغزیات ڈالو۔ اور استعمال کرو۔

یہ حلوا ثقالت بہت کم کرتا ہے

حلوائے تر بھاگا

اس کو تر بھاگا اس واسطے کہتے ہیں۔ کہ اس میں میدہ گھی اور میٹھا برابر

وزن کے ڈالے جاتے ہیں۔یعنی جس قدر میدہ ہو۔اسی قدر میٹھا اور اتنا ہی گھی ڈالو۔مثلاً سیر بھر میدہ ہے۔تو سیر بھر ہی گھی اور سیر بھر میٹھا۔سب کو حسب طریقۂ معلومہ تیار کرو۔اور مغزیات اضافہ کرو یہ حلوا تمام مسطورہ بالا حلوؤں سے عمدہ ہے اور مقوی ہے۔

حلوائے زعفرانی

میدہ کا حلوا حسب طریق معلومہ تیار کرو۔صرف زیادتی اس قدر ہو۔کہ شربت میں قدرے زعفران گھول دو۔تاکہ رنگ زعفرانی ہو مگر زعفران بہت کم ڈالنا چاہئے۔اگر سیر بھر حلوا ہو۔تو ماشہ زعفران کافی سمجھو۔کیونکہ زیادہ زعفران نقصان کرتا ہے اور نقصان یہ ہے کہ زعفران بالخاصیت دل کو فرحت پہنچا کر خون کو پھیلاتا ہے۔لہذا جب زعفران زیادہ ہو۔تو دل زیادہ تحلیل ہوگا اور کھانیوالا بیمار ہو جاویگا۔واضح ہو۔کہ بعض لوگ بجائے زعفران ہلدی کا رنگ ڈال دیتے ہیں۔اور بعض سندھور یا ولائتی زرد یا سرخ رنگ ڈال دیتے ہیں۔مگر ان سے پرہیز کرنا لازم ہے۔کیونکہ یہ رنگ مضرت دہ ہیں بوجہ سمیت کے۔

مغزیات کا احوال

عام رواج کے موافق چار مغز معمولی ہیں۔یعنی پستہ۔بادام نارجیل اور کشمش جن کے استعمال کا عمدہ طریقہ ہے مغز بادام کو پانی

میں بھگو کر مقشر کر لو۔ اور ایک کے دو دو ٹکڑے کر لو۔ کشمش کو تنکوں سے پاک کر کے پانی میں بھگو دو۔ تاکہ چند عرصہ میں مٹی اس کے جسم سے چھوٹ کر تہ نشین ہو جائے۔ تب پانی سے نکال کر کسی کھلے برتن میں پھیلا دو۔ کہ زائد پانی سوکھ جائے۔ نارجیل کو کاٹ کر مستطیل یا قوس کی شکل کے ٹکڑے کر دو۔ اور اس مطلب کے واسطے نارجیل کو بھی چند عرصہ قدرے گرم پانی میں تر رکھو تاکہ اس کا جسم نرم ہو جائے۔ اور کاٹتے وقت ٹوٹے نہیں بشکل قوس و مستطیل مغز پستہ کو تیز چھری سے باریک باریک کاٹو۔ اس قدر کہ قینچی سے سبز ریشم کا تا ہوا معلوم ہو۔ جب مغزیات حسب ہدایت بالا تیار کر لئے جاویں۔ تب اس طرح ڈالنے چاہئیں۔ کہ کشمش اور نارجیل تو پکتے حلوے میں چھوڑ کر ملا دینی چاہئیں۔ کہ اس کے تمام جسم میں مل جاویں۔ اور مغز بادام اور مغز پستہ حلوے کے اوپر ڈالنے چاہئیں تاکہ اندر نہ ملیں۔ صرف جسم کے اوپر ہی رہیں۔ تاکہ اس کو رونق بخشیں۔ بعض اشخاص مغز اخروٹ مغز چلغوزہ اور مغز کدو بھی ڈالتے ہیں۔ جن کو کشمش اور نارجیل کے ساتھ ڈالنا چاہئے بہتر ہے۔ کہ مغز چلغوزہ کو پہلے بھون لیں۔ تاکہ انکی لزوجت جاتی رہے۔ اور خستہ ہو جاویں۔

طریق بھوننے کا

جس شئے کے آٹے یا میدہ کا حلوا بنانا ہو۔ اس کو اول کڑاہی

میں ڈال کر گھی میں بھونو۔ اور جس قدر عمدگی سے بھونوگے اسی قدر عمدہ اور خستہ دانہ رہے گا۔ لکڑی کا چمچ جسکا اگلا سرا حسب تصویر ہوتا ہے۔ بھونتے وقت پھراتے رہو۔ تاکہ تمام میدہ کو یکساں سینک لگے اور یکساں بھنے اگر اس چمچ سے نہ ہلاؤگے تو کہیں سے جل جاویگا اور کہیں سے خام رہ جاویگا۔ واضح ہو کہ شربت کو درست کرنے کا طریقہ ہم فصل مربانے میں بیان کر آئے ہیں۔ وہاں دیکھو دوبارہ لکھنا ضروری نہیں۔

چاولوں کا حلوا

چاولوں کو پیس کر آٹا کر لو تب گھی میں بھون کر کھانڈ کا شربت ملا کر تیار کرو۔ حسب مزاج مغزیات ڈالو۔ جیسے عمدہ چاول ہونگے ویسے ہی عمدہ حلوا ہوگا۔

حلوے میں خوشبو بسانا اور سخت یا نرم رکھنا

واضح ہو کہ جب تک میدہ کو بھونو اسوقت تک آگ نرم اور دھیمی جلاؤ۔ تاکہ یکساں بھنے کیونکہ اگر آگ تیز جلاؤگے تو میدہ جل جاویگا اور ادھر کا خام رہیگا۔ اگر سخت رکھنا ہو۔ تو پانی شربت میں کم ڈالو اگر نرم رکھنا ہو۔ تو زیادہ ڈالو۔ سخت قوام کیواسطے آگ بہت تیز جلاؤ اور نرم قوام کے واسطے آگ ہلکی جلاؤ۔ واضح ہو کہ کیوڑہ اور گلاب یہ دو شئے خوشبو بسانے کے واسطے کار آمد ہیں جسکا طریق یہ ہے کہ جس

وقت حلوا پاک کر تیار ہو جائے۔ اور آگ سے نیچے اُتارنے لگو اس وقت عرق مذکورہ اشیاء کا یا دونوں میں ایک کا جو پسند طبع ہو چھینٹا دو۔ اور سرد کر کے حلوے کو ڈھانک کر رکھو۔ تاکہ خوشبو نکل نہ جائے۔

حلوا سنگھاڑوں کا

مغز سنگھاڑہ خشک کا پسا ہوا آدھ سیر میدہ پاؤ بھر ہر دو اشیاء کو آدھ سیر گھی میں بطریقہ معلومہ خوب بھونو۔ تب ڈیڑھ سیر مصری کا شربت کر کے قوام کرو۔ اور حلوا تیار ہونے پر مغزیات ملاکر سرد کر لو اور کام میں لاؤ۔

ترکیب دیگر

ہرے دو دھیا سنگھاڑے سیر بھر لیکر پانی میں خوب پکاؤ۔ جب پک کر ان کا مغز نرم ہو۔ اور گل جائے۔ تب چھلکے اُتار کر مغز کو کسی ٹھنے سے کڑاہی میں ڈال کر خوب گھولو۔ کہ بالکل حلیم ہو جائے تب اس میں تین پاؤ گھی ڈال کر خوب ہی بھونو۔ اور موافق میٹھا اور مغزیات ڈال کر حلوا کر دو۔ یہ حلوا گھی سے تر بتر رہتا ہے۔ کیونکہ گھی کو جذب نہیں کر سکتا۔ بھنتے ہوئے بنے گا۔ اسی قدر پھر نکال دیگا۔

فوائد

خدمت معدہ وجگر کو مفید ہے۔ قوت باہ اور جریان کو فائدہ کرتا ہے

آلو کا حلوا

کسی قدر آلو جو بڑے ہوں۔ پانی میں ابال لو۔ کہ پک جاویں جب ان کا مغز پک جاوے۔ تب انکو مقشر کر لو۔ یعنی چھلکہ اتار لو۔ اور پھر کسی چھلنے سے کچل کر پیس ڈالو۔ تاکہ آٹا سا ہو جاویں۔ بعد ازاں گھی میں بھون کر شربت ملا کر حلوا پکاؤ۔ اور مغزیات حسب ہدایت ملا کر کھاؤ بعض اس میں برابر کا میدہ ڈالا کرتے ہیں تاکہ رد اخوب بند ہے کیونکہ آلو سنگھاڑا شکر قند وغیرہ اشیاء میں بالذات لیس نہیں بلکہ ان کا جسم قدرتی اس طور کا ہوتا ہے۔ کہ پک کر گھل جاتا ہے۔ لہذا اگر ذت کے واسطے میدہ ملایا کرتے ہیں۔

فوائد:۔ صفرا کی گرمی کو معدہ سے نکالتا ہے۔ سرد ہے

حلوا شلغم کا

کسی قدر شلغم لیکر مقشر کر لو یعنی چھلکہ اوپر سے اتار دو۔ تب پانی میں ابال کر پکالو جب گل جاویں۔ تب نچوڑ کر نکال دو۔ اور شلغم کے ٹکڑوں کو کڑاہی میں ڈال کر کچل ڈالو۔ کہ میدہ سا ہو جاویں۔ اس وقت گھی ڈال کر خوب بھونو۔ جب بھن چکے۔ تب شکر سفید کا شربت ڈال کر پکاؤ اور حسب حاجت مغز اس میں ڈالو۔

فوائد :- اس کے کھانے سے خون صالح پیدا ہوتا ہے۔ قوت باصرہ بڑھتی ہے۔ مقوی ہے۔

حلوا کدو کا

کدو پختہ لیکر چھیل کر گودا پکاؤ جس وقت پک جائے تب گھوٹ ڈالو۔ تاکہ آٹا سا ہو جائے۔ تب اس میں چوتھائی وزن کا میدہ لاکر گھی میں بھونو اور میٹھا ڈال کر حلوا تیار کرو اور مغزیات حسب حاجت ڈالو

فوائد

مقوی دماغ ہے اور دماغ کی یبوست کو دور کرتا ہے درد سر جو گرمی سے ہو دور کرتا ہے۔ کھانسی اور سوزاک اور حرارت مثانہ کو دور کرتا ہے

حلوا شکر قند کا

شکر قند بر مغز کسی قدر لیکر مقشر کر لو تب گھی میں بھون کر شکر سفید ملا کر حسب طریقہ معلوم حلوا تیار کرو اور مغزیات اضافہ کرکے استعمال کرو

طریقہ دیگر

کسی قدر شکر قند لے کر مقشر کرکے ان کے وزن سے نصف وزن کا میدہ لاکر گھی میں بھونو۔ شکر سفید ڈال کر حلوا بناؤ اور مغزیات کسوٹ کر ملاؤ۔ اور استعمال کرو۔

طریقہ دیگر

جس قدر شکر قند ہوں اس کے برابر بالائی ملاؤ مگر اس طرح کہ جس وقت شکر قند کا حلوا تیار ہو جائے۔ اور تم اُتارنا چاہو۔ تب بالائی ڈال کر اور خوب ملا کر اُتار کر سرد کرو۔ اور استعمال کرو۔

فوائد۔ مقوی باہ۔ مقوی دماغ۔ منی کو پیدا کرتا ہے۔ بڑھاتا ہے اور سخت کرتا ہے۔ واضح ہو کہ شکر قند کے حلوؤں میں سے اخیر کا حلوا جس میں بالائی ڈالی جاتی ہے۔ زیادہ مفید ہے

حلوا گاجر کا مفرد

کسی قدر گاجروں کو پوست اور استخوان سے صاف کرو یعنی اوپر کا چھالکا اور اندر کی سخت گٹھلی بھی نکال دو۔ تب انکو گھی میں ڈال کر بھونو۔ جب بھن جاویں۔ تب شہد کا شربت ڈال کر پکاؤ۔ جس وقت تیاری پہ آوے مغزیات ڈال کر اُتارو اور سرد کر لو۔ بعض اس میں خشخاش اور کنجد مقشر بھی پیس کر ملاتے ہیں

فوائد۔ مقوی باہ ہے۔ بدن کو فربہ کرتا ہے۔ معدہ کی گرمی کھوتا ہے بھوک بڑھاتا ہے خفقان کو زائل کرتا ہے۔ دل کو تقویت دیتا ہے سنگ ہنی اور بواسیر کو کھوتا ہے اسہال کو جو گرمی سے ہوں بند کرتا ہے

حلوا انڈوں کا مفرد

کسی قدر انڈوں کو ایک زردی الگ اور سفیدی الگ کر لو

تب دو نوں کو الگ الگ خوب پھینٹو۔ جب پھینٹ چکو۔ تب اُٹھا کر کے پھر پھینٹو۔ جب اس عمل سے خوب باہم مل جاویں۔ تب ان سے نصف وزن کا میدہ اگر چاولوں کا آٹا ہو۔ تو بہتر ہے، ڈالو گھی میں خوب بھونو۔ غرض جس قدر گھی ڈالوگے۔ اسی قدر مزا پاؤ گے۔ الغرض بھن چکنے کے بعد برابر کا میٹھا ڈال کر بطریق معلوم پکالو۔ اور سرد ہونے پر حسب رغبت طبیعت مغزیات ڈال کر استعمال کرو۔

فوائد

باہ کو قوت دیتا ہے۔ کثیر الغذا ہے۔ بدن کو تیار کرتا ہے دماغ کو طاقت بخشتا ہے۔

حلوا کیلہ کی پھلی کا

کیلے کی کچی پھلیاں لیکر پانی میں اوبال لو۔ بعد اوبال جانیکے مقشر کرلو۔ تب کسی شئے سے کچل کر میدہ کر ڈالو۔ بعد ازاں کڑاہی میں گھی ڈال خوب بھون لو۔ اور تب شربت ڈال کر پکا کر حلوا تیار کرو۔ اور حسب رغبت مزاج مغزیات ڈال کر استعمال کرو۔

فوائد:۔ سینہ کی سوزش کو صفرا کے فساد کو زائل کرتا ہے محرک باہ ہے گرم مزاج میں دماغ کو طاقت بخشتا ہے مگر بلغمی مزاج والے کو نقصان کرتا ہے

حلوا گوبھی کا

گول پھول کی گوبھی لاکر پھول کا اوپر کا حصہ جو مانند مکھن کے ہوتا ہے

تراش کر الگ کر لو۔ اور کونپلوں کو اتار کر مقشر کر لو۔ یعنی چھیل ڈالو
تب اول ان چھلے ہوئے کونپلوں کو کچل کر خوب باریک کر لو جب
میدہ کے موافق ہو جاویں۔ تب وہ مکھن سا جسم پھول کا ڈال کر
پھر کچل کر باریک کرو۔ الغرض جب پھول اور کونپلیں خوب ہی باریک
ہو جاویں۔ تب برابر کا میدہ ملا کر گھی میں خوب بھونو۔ جب اچھی طرح
بھن جاویں۔ تب دوگنا میٹھے کا شربت ڈال کر حلوا اتار کر دو اور بجائے
مغزیات کے صرف مغز چلغوزہ ملا کر کھاؤ۔ تو عجب کیفیت آتی ہے

فوائد

خونی بواسیر کو مفید ہے۔ غلبہ صفرا کو معدہ سے دور کرتا ہے سرفہ حار
کو نافع ہے مقوی بدن ہے۔ قابض شکم ہے بلغم شور کو زائل کرتا ہے

حلوائے خشخاش

خشخاش کسی قدر رات کو پانی میں بھگو دو۔ صبح کو گھی میں بھونکر
کوری کھانڈ اور قدرے شہد ڈال کر پانی ڈالو۔ اور پکاؤ جس وقت
پک جائے۔ تب خوب گھوٹو۔ اور مغز کدو ڈال کر سرد کرو اور استعمال کرو

فوائد

بدن کو موٹا کرتا ہے مقوی باہ ہے۔ دماغ کو تراوت دیتا ہے
کھانسی کو مفید ہے ضعف کبد کو نافع ہے۔ حرقت مثانہ کو کھوتا ہے

حلوا چنوں کا

نخود بریاں پیسوا کر آٹا کر لو۔ اور آٹے کو چوگنے گھی میں بھون لو پھر دوگنا میٹھا ڈال کر حلوا تیار کرو۔ بعد سرد ہونے کے مغز بادام مغز اخروٹ ڈال کر استعمال کرو

فوائد:۔ دافع فساد خون ہے۔ اچھی خلطوں کو پیدا کرتا ہے۔ بدن میں طاقت بڑھاتا ہے۔ مقوی باہ ہے۔ معدہ کے درد کو جو رطوبت سے ہو آرام دیتا ہے۔ اور اس پیچش کو جو فساد بلغم سے ہو مفید ہے۔ واضح ہو کہ بعض اشخاص بجائے بھنے ہوئے چنوں کے خام پسوا کر استعمال کرتے ہیں۔ گو خام مفید زیادہ ہے۔ لیکن دام بہت لیتا ہے۔ کیونکہ گھی کا زیادہ خرچ پڑتا ہے۔ بسبب یبوست کے۔

اب یہاں سے چند حلوے مرکب لکھے جاتے ہیں۔

حلوائے مرکب

ہر قسم کی تودری خشخاش سفید ہر یک ۱ درم حب محلب سونٹھ دارچینی شقاقل ہر یک سہ ماشہ حب السمنہ یعنی خرد نجی لوزیدان اخروٹ فلفل سیاہ ہر یک سہ ماشہ زعفران ۱ ماشہ مغز بادام پستہ میوہ چاولوں کا شکر سفید قند سفید ہر یک آدہ سیر مغز ناجیل کتیرا باقلا کا آٹا نخود روغن کنجد ہر یک پاؤ سیر شہد ایک سیر چاول چنا باقلہ کے آٹے کو تلوں کے تیل میں بھون کر مصری اور شہد

ڈال کر پکاؤ۔ جب پک کر حلوا تیار ہو جائے۔ تب مغز بادام مقشر کر کے مغز
نارجیل تراش کتیرا بھون کر پستہ مغز باریک کتر کر ملاؤ۔ زعفران کو پانی میں
گھول کر پکتے حلوے میں ملاؤ۔ باقی سب ادویہ کو کوٹ چھان کر شامل کرو اور استعمال کرو

فوائد

باہ کو بڑھاتا ہے۔ منی زیادہ کرتا ہے۔ درد کمر۔ درد پشت جو ضعف سے ہو
زائل کرتا ہے۔ گردہ کو طاقت بخشتا ہے۔

حلوائے مرکب سوہن

گیہوں کو پانی میں اس قدر تر کرو۔ کہ نم ہو جائے۔ تب تھیلی میں بھر کر
دھوپ میں رکھو۔ مگر ہر وقت تھیلی کو تر رکھو۔ بعد چند روز کے جب گیہوں
اوگنے کے لایق ہو جائے۔ تب دھوپ میں بکھیر کر سکھا لو اور پیسکر آٹا کر لو اور
برابر کا آٹا تیار رکھو۔ قدرے پانی کو خوب پکاؤ۔ جب پانی تیز گرم ہو جائے
تب تھوڑا تھوڑا یہ مرکب ڈال کر گھوٹتے جاؤ۔ جب تمام پڑ چکے اور پک کر
گھٹ کر حلوا سا ہو جائے۔ تب قدرے گھی یا روغن کنجد (میٹھا تیل)
ڈال کر پکاؤ۔ جب روغن مذکور جذب ہو جائے۔ تب شکر سفید ملا کر پکاؤ اور
مغز پستہ مغز اخروٹ مغز نارجیل دارچینی سونٹھ جائفل لونگ مرچ سیاہ
ہر ایک بقدر ذائقہ ڈال کر سرد کر کے استعمال کرو

فوائد

کثیر الغذا ہے سرد مزاج کے لئے زیادہ موافق ہے۔ اس کے
کھانے سے بہت صاف اور گاڑھا خون پیدا ہوتا ہے۔ قوت باہ

پیدا کرتا ہے۔ رگ و پٹھوں اور جسم کو تقویت دیتا ہے

حلوائے خوان احمدی

چاول عمدہ آدھ سیر لیکر پانی میں پکاؤ۔ جب پک جائیں۔ تب آدھ سیر مغز بادام جو کوب کرکے ان میں ملاؤ اور پھر سیر بھر کھانڈ اور ایک پیالہ عرق گلاب کا ڈالو۔ اور دھیمی آگ پر پکاؤ۔ جب تیار ہو۔ اور سرد کرنے لگو تب مشک ایک ماشہ ملا کر اتارو اور استعمال کرو۔

فوائد۔ منی بڑھاتا ہے۔ باہ کو قوت دیتا ہے۔ بدن کو فربہ کرتا ہے رنگ اچھا کرتا ہے

حلوائے بیضۂ مرکب

۵ انڈوں کی زردی۔ چاول آدھ سیر۔ شہد خالص ڈیڑھ سیر گھی ایک سیر مصطگی۔ اندر جو شیریں۔ جلوتری۔ بالچھڑ درونج عقربی بہمن سفید و سرخ موصلی سیاہ و سفید۔ زعفران مغز کونچ۔ جوز بوا۔ تخم اٹنگن ہر ایک ڈیڑھ ماشہ تخم گاجر ثعلب مصری ۳ ماشہ تودری زرد و سرخ ہر ایک ۲ ماشہ مشک عمدہ ایک ماشہ اول میدہ کو گھی میں بھون لو۔ تب انڈوں کی زردی ڈال کر چمچی سے خوب ملاؤ۔ پھر شہد ڈالو۔ بعد ازاں ادویہ کوٹ کر ملا کر حلوا تیار کرو۔ اور سب سے اخیر مشک ملا کر سرد کرو اور استعمال کرو۔

فوائد: مقوی باہ ہے۔ منی پیدا کرتا ہے۔ اور بڑھاتا ہے۔ درد کمر مزمن کو کھوتا ہے۔ درد پشت جو سخت ہو۔ اور بہ سبب استفراغ کلی کے ہو

اس کے کھانے سے جاتا رہتا ہے

حلوائے گاجر کا مرکب

گاجر ایک سیر پوست اور استخوان سے صاف کرو یعنی اوپر کا چھلکا اُتار دو۔ اور اندر سے سخت جسم جسکو ہڈی گاجر کی بولتے ہیں نکال دو تب کڑاہی میں ڈال کر قدرے پانی ملاکر خوب پکاؤ اور کرچھی سے اس قدر ہلاؤ کہ گھوٹ کر ملایم حلوے کی طرح ہو جائے۔ تب مغز پستہ مغز بادام مغز اخروٹ۔ مغز نارجیل۔ مغز بنولہ۔ تل خشخاش سفید ہر ایک ۲ تولہ کباب چینی۔ سونٹھ۔ فلفل دراز۔ دارچینی۔ ثعلب مصری۔ جائفل جلوتری۔ زرنجور ہر ایک ۹ ماشہ سب کو جو کوب کرکے اور آدھ سیر شہد اور آدھ سیر قند سفید۔ پاؤ بھر گھی ۵۰۔ انڈو نکی زردی ڈالو۔ اور کفچہ سے سب کو نرم آگ پر ہلاؤ۔ بعد سرد ہونے کے استعمال کرو

فوائد۔ قوت باہ۔ قوت اعصاب قوت بدن زیادہ ہو بدن کو موٹا کرتا ہے

حلوا مغزیات کا

مغز بادام۔ مغز اخروٹ۔ مغز پستہ۔ مغز خستہ۔ کنجد مقشر۔ شادانہ نارجیل۔ مغز چلغوزہ۔ ہر ایک دو تولہ سب کو گھوٹ کر آدھ سیر میدہ گندم۔ ایک سیر روغن گاؤ۔ ایک سیر قند سفید سے ملاکر بطریق معلوم پکاؤ۔ اور جب پک کر تیاری پہ آجائے۔ تب ڈھائی ماشہ مشک تین ماشہ زعفران۔ اور پیالہ عرق گلاب سے آمیختہ کرکے ملاکر نرم آگ سے

پکاؤ۔ بعد پک جانے کے سرد کرو

فوائد:۔ بدن فربہ ہوتا ہے۔ طاقت اور منی زیادہ ہوتی ہے۔ باہ زیادہ ہوتی ہے۔

حلوا گوشت کا

جوان اور موٹے مرغ کے سینہ کا گوشت لیکر قیمہ کرو۔ مگر بہت ہی کہ مرہم کی طرح ہو جائے۔ تب اس میں شہد اور گھی ڈال کر آہستہ آہستہ نرم آگ پر خوب پکاؤ۔ جب پک چکے قدرے مغز بادام نیم کوفتہ کر کے ڈالو۔ اور حسب مزاج مشک زعفران اور گلاب ملا کر سرد کرو۔ اور ہر روز صبح کو ایک تولہ کھاؤ۔

فوائد:۔ زرد چہرے کو سرخ کرے۔ جگر۔ معدہ اور دماغ کو طاقت بخشے۔ قوت بڑھاوے۔

حلوا ہلدی کا

ہلدی ہری ملایم خوشرنگ کسی قدر لیکر گائے کے دودھ میں خوب پکاؤ جب پک کر نرم ہو جائے۔ تب کچل کر مرہم سا کر لو۔ پھر نصف وزن بھنے ہوئے چنے کا آٹا اور میدہ گندم ملا کر برابر گھی اور میٹھا ڈال کر پکاؤ۔ جب تیار ہو۔ تو مغزیات اور مربا دارچینی خولنجان ڈال کر مع زعفران و مشک سرد کرو اور استعمال کرو۔

فوائد:۔ مقوی باہ مولد منی مسمن بدن دافع درد کمر ضعف گردہ و مثانہ

اچاروں کا بیان

اچار انبہ

کچے بڑے بڑے آموں کو چیر کر دو ٹکڑے کر ڈالو۔ اندر کی گٹھلی نکال دو۔ تب قدرے کلونجی میتھی سونف برابر وزن کے ملا کر ان میں بھر دو اگر یہ ادویہ زیادہ بچ رہیں۔ تو ان پر ڈال دو۔ نمک بقدر ذائقہ اور تھوڑی سی سُرخ مرچیں بھی کوٹ کر ڈالو۔ تب برتن کا منہ بند کر کے ۳ روز پڑا رہنے دو۔ بعد ۳ روز کے تیل سرسوں کا خالص اسقدر ڈالو۔ کہ آموں سے دو دو انگل چڑھ جائے۔ تب بعد چار روز کے استعمال کرو۔ معلوم رہے کہ اگر سیر بھر آم ہوں۔ تو ایک تولہ میتھی اور ایک تولہ سونف کافی ہے مگر واضح ہو کہ چکنے یا روغنی برتن میں اچار ڈالنا چاہیئے۔ کورے برتن میں اچھا نہیں رہتا بعض آدمی گھی کا بھگار لگا دیا کرتے ہیں تاکہ تیل کی بدبو جاتی رہے اس کا طریقہ یہ ہے کہ گھی کو کوئلوں پر ڈال دو یا جب اسکا دھواں اٹھنے لگے تب برتن اس پر ڈھانک دیا۔ تاکہ گھی کے دھوئیں کی بو اس برتن میں سما جائے

فائدہ:۔ جس قدر تیل زیادہ ڈالو گے۔ اسی قدر اچار عمدہ اور دیر پا رہیگا کیونکہ اگر تیل تھوڑا ہوگا۔ تو اچار پر پھپھوندی جم جائیگی۔ اور خراب ہو جائیگا۔

یہ اچار سب اچاروں سے عمدہ خوش ذائقہ اور ہاضم ہے۔ البتہ گرم ہے۔ آتشک کی دوائی کو اکثر اس کے چھلکے میں رکھ کر کھاتے ہیں۔ کھانسی میں اسکو کھانا اچھا نہیں جو شخص قوت باہ یا جریان

وغیرہ کی دوا کھاتا ہو جو شخص سوزاک - دربواسیر یا بخار میں مبتلا ہو اس کو اسکے کھانے سے پرہیز کرنا لازم ہے جسکو نزلہ یا زکام ہو وہ بھی نہ کھاوے

آنولہ کا اچار

بڑے بڑے آنولہ لیکر ان کو خفیف سا جوش دو۔ تب اُتار کر چھری سے چھپنی لگا دو۔ یعنی ان کے جسم کو گو دو تب برتن میں ڈال کر نمک بقدر ذائقہ اور قدرے ہلدی مرچ اور تھوڑی سی رائی کچل کر ڈال کر برتن کا منہ بند کر کے رکھ دو۔ بعد تین روز کے نکال کر سرسوں کے تیل کا ڈورا دے دو۔ اور بعد چار روز کے استعمال کرو۔ یہ اچار سریع الہضم ہے۔ معدہ کو طاقت دیتا ہے۔ مگر خشک کھانسی اور زکام والے کو کھانا مناسب نہیں۔

طریقہ دیگر اچار انبہ

عرق لیموں یا سرکہ یا کانجی ایک برتن میں ڈال کر نمک بقدر ذائقہ اس میں ڈالو۔ اور چند عدد انبہ یعنی پال کے پکے ہوئے انبہ اس میں چھوڑ دو۔ برتن کو منہ بند کر کے رکھ دو۔ بعد ۱۲ روز کے کھاؤ یہ اچار عجب کیفیت کا ہوتا ہے۔ ذائقہ میں سنگترہ سا سریع الہضم ہے ہندوستان میں اس کا زیادہ رواج ہے

اچار لیموں

لیموں کا عرق کسی قدر برتن میں ڈال کر چند عدد لیموں اس

میں ڈالو۔ نمک بقدر ذائقہ اس میں ملا کر برتن کا منہ بند کر دو۔ بعد ایک ہفتہ کے استعمال کرو۔ یہ اچار بڑا سریع الہضم ہے۔ بیمار کو بخار میں بقدر اعتدال دے سکتے ہیں۔ جس کا ہاضمہ خراب ہو گیا ہو۔ اس کو کھانا اس اچار کا مفید ہے۔

گلگل کا آچار

یہ اچار بطور لیموں کے بنایا جاتا ہے۔ فوائد میں بھی لیموں کے قریب ہے۔

سوہانجنا کی پھلی کا آچار

سوہانجنا کی پھلی ایک سیر لو۔ وہ پھلی جو باریک اور نرم ہوں لیکر خفیف سا جوش دیکر ابال لو۔ تب نمک۔ ہلدی۔ مرچ بقدر ذائقہ اور تین تولہ رائی ڈال کر برتن میں منہ بند کرکے رکھ دو۔ بعد تین روز کے تیل کا ڈورا اس قدر دو کہ پھلیاں تر ہو جاویں۔ تب ایک ہفتہ کے بعد استعمال کرو۔ یہ اچار رطوبت معدہ سوئے ہضم اور بادی کو مفید ہے

ببول کی پھلی کا اچار

(یعنی کیکر کی پھلی)

ببول کی وہ پھلی جو باریک نرم اور خام اور جن میں ابھی بیج نہ پڑے ہوں لیکر پانی میں خفیف سا جوش دے لو۔ بعد جوش دینے کے نچوڑ کر نمک

مرچ ہلدی بقدر ذائقہ اور قدرے رائی ڈال کر تیل کا ڈورا دیکر برتن کو ڈہاک کر رکھ دو۔ بعد ایک ہفتہ کے استعمال کرو۔ گرم مزاج والے کو اس کا کھانا مفید ہے کیونکہ باوجود اچار ہونے کے مقوی بدن ہے

پیاز کا اچار

پیاز اگر سفید ہو تو عمدہ ہے چھیلکر ہنڈیا میں ڈال کر برابر کا پانی ڈال کر خفیف سا جوش دے لو تب اوتار کر سرد کر کے نچوڑ لو۔ بعد ازان کسی چاقو یا دیگر نوکدار شے سے اسکے جسم کو کچھ لو تب نمک مرچ ہلدی بقدر ذائقہ اور تھوڑی سی رائی ڈال کر تھوڑا سا ڈورا دیکر برتن کو ڈہاک کر رکھ دو۔ بعد تین روز کے استعمال کرو۔ اس اچار کا کھانا غشیان سے اور سوء ہضم میں مفید ہے۔ نیز زکام والے کو مفید ہے۔

لہسن کا اچار

لہسن خشک موٹا چھیل کر ایک برتن میں ڈالو۔ اور نمک مرچ ہلدی بقدر ذائقہ ڈال کر تخم میتھی کلونجی سونف اور رائی سب برابر برابر اس وزن سے ڈالو۔ کہ اگر لہسن ایک سیر ہو۔ تو یہ چاروں اشیاء ۴ تولہ ہوں۔ تب برتن کا منہ باندہکر تین روز تک پڑا رہنے دو بعد ازاں تیل اس قدر ڈالو۔ کہ اچار تر ہو جائے۔ تب ایک ہفتہ کے بعد استعمال کرو۔ اس کا کھانا امراض بلغمی کو مفید ہے بھوک پیدا کرتا ہے مگر زیادہ کھانا درد سر لاتا ہے۔

سرسوں کی گاندلوں کا اچار

سرسوں کی گاندلیں عمدہ پسی ہوئی لیکر قدرے ادبال لو۔ جب سرد کرکے کسی برتن میں ڈال کر نمک مرچ بقدر ذائقہ ڈالکر قدرے کوٹ کر اوپر سے تیل ڈالکر خوب ہلاؤ اور تھوڑا سا سرسوں کے تیل کا ڈوڑا دیکر برتن کو ڈھانک کر رکھ دو۔ بعد دس روز کے استعمال کرو۔ اس اچار کا کھانا معدہ کی رطوبت کو سوخت کرتا ہی پھوڑا پھنسی وغیرہ نہیں نکلتا واضح ہو کہ اچار میں ہاتھ ڈالکر نکالنا نہیں چاہئے۔ کیونکہ اس عمل سے اچار خراب ہوجاتا ہے اور پھپھوندی کے لگ جانیکا احتمال ہے ڈوڑا دینے کا مطلب یہ ہی کہ اس قدر تیل ڈالو۔ کہ اچار صرف چکنا ہوجائے اور تر نہ ہوجائے۔

شلغم اور مولی کی گاندلوں کا اچار

ان کا اچار بھی سرسوں کی گاندلوں کی طرح ڈالتے ہیں

گاجر کا اچار

یہ اچار دو طرح سے ڈالا جاتا ہے۔ ایک تر دوسرا خشک تر اچار میں تھوڑا سا پانی بھی ادبال کر ڈالدیتے ہیں مگر خشک اچار میں پانی بالکل نہیں ڈالتے لیکن چاہے خشک ہو چاہے تر باقی سب اچار دونوں از خود پیدا ہوجاتا ہی کیونکہ گرمی کھا کر پانی اندر سے خود نکل آتا ہی اسطرح پیدا ہوتا ہے

گاجریں بڑی بڑی لیکر چیر کر پھانکیں کر ڈالو تب کسی برتن میں ڈال کر نمک مرچ بقدر ذائقہ اور رائی گاجروں کا چالیسواں حصہ ڈالکر برتن کا منہ بند کر کے رکھ دو۔ بعد ایک ہفتہ کے استعمال کرو۔ یہ اچار ہاضم مقوی معدہ ہے۔ اس کا کھانا بدن کو طاقت دیتا ہے۔ یہ تو خشک اچار ہے اب تر اچار کا طریقہ قلم بند ہوتا ہے۔ گاجریں ثابت ادبال کر سرد کر لو بعد سرد ہونے کے کسی برتن میں ڈال کر اس قدر پانی ڈالو کہ ایک بالشت اوپر تک رہے اور یہ پانی ادبال کر ڈالو۔ تب نمک مرچ بقدر ذائقہ اور ہلدی بقدر رنگت یعنی جس سے صرف رنگت اچار کی بدل جاوے ڈال کر رائی گاجروں کا چالیسواں حصہ ڈال کر برتن کا منہ بند کر کے ۱۰ روز رہنے دو تب نکال کر کھاؤ۔ یہ اچار بڑا ہاضم پر مزہ کم خرچ بالانشین ہے

لال مرچ کا اچار

اگرچہ دیسی لال مرچ کا اچار ڈالتے ہیں۔ مگر درحقیقت یہ اچار جے پور کی مرچوں کا ڈالا جاتا ہے۔ کیونکہ وہ مرچیں لمبائی میں سیم پھلی کے برابر ہوتی ہیں مگر تلخی بالکل نہیں ہوتی صرف نام کی مرچیں ہیں ذائقہ میں بالکل کڑواہٹ کا نام تک نہیں ہوتا طریق اس کا یہ ہے کہ سونف کلونجی اور رائی ہر سہ ادویہ برابر لیکر مرچوں میں ملا کر نمک اور کالی مرچیں بقدر ذائقہ ڈالکر برتن کا منہ بند کر کے ۳ روز رہنے دو۔ بعد تین روز کے تیل سرسوں کا اس قدر ڈالو کہ دو انگل مرچوں کے اوپر چڑھ جاوے۔ تب بعد ایک ہفتہ کے استعمال کرو۔ یہ اچار عرق لیموں یا سرکہ سے ملا کر کھانا بڑی کیفیت دیتا ہے

اس کا کھانا بلغم کو سوخت کرتا ہے۔ مگر زیادتی سے جریان کا خوف ہے۔

امرا کا اچار

یہ پھل ہندوستان خصوصاً دہلی میں بکثرت پیدا ہوتا ہے وہاں کے باشندے اس کی ترکاری پکا کر کھاتے ہیں۔ نیز اچار بھی ڈالتے ہیں جس کا طریقہ یہ ہے۔ امرے کے پھل کو جو قد میں چھوٹی انبیوں کے برابر ہوتا ہے۔ اور ذائقہ میں ترش ہوتا ہے۔ آموں کی طرح کاٹ کر دو دو ٹکڑے کر لیتے ہیں۔ تب سونف۔ کلونجی اور میتھی ہر سہ ادویہ برابر امرایں ملا کر نمک مرچ اور ہلدی بقدر ذائقہ ڈال کر برتن کا منہ بند کر کے ۴ روز تک رکھا رہنے دیتے ہیں۔ بعد ازاں اس قدر تیل ڈال کر کہ انگل اوپر تک چڑھ جاوے۔ برتن کا منہ بند کر کے دس روز کے بعد نکال کر کھانا شروع کرتے ہیں۔

سینگروں کا اچار

مولی کی پھلی کو پنجابی میں مونگری اور ہندوستان میں سینگری کہتے ہیں۔ اگرچہ یہ پھل تلخ ہوتا ہے۔ مگر جب اس کا اچار ڈالا جاتا ہے تب وہ کڑوا پن بالکل جاتا رہتا ہے۔ کسی قدر سینگری لے کر خفیف سا جوش دیکر نچوڑ کر کسی برتن میں ڈال دو۔ تب تھوڑی سی رائی کوٹ کر ملا دو اور نمک

مرچ ہلدی بقدر حاجت ملا کر برتن کا منہ بند کر کے تین روز لگا رہنے دو۔ چوتھے روز تیل سرسوں کا اس قدر ڈالو کہ ایک انگل اوپر آجائے۔ تب پھر برتن کا منہ بند کر کے رکھ دو۔ اور بعد چار روز کے کھانا شروع کرو۔ اس اچار کا کھانا بلغم کو دور کرتا ہے۔ اور سریع الہضم ہے۔

کریلوں کا اچار

کریلوں کو کاٹ کر عرق لیموں میں ڈال کر بعد تین روز کے استعمال کرو۔ نمک مرچ بقدر ذائقہ ڈالو۔ یہ اچار بادی کو مفید ہے

طریقہ دیگر

کریلوں کو اوپر سے کھرچ کر ان کو خوب ہی صاف کر کے بیچ چیر کر اندر سے بیج نکال کر خفیف سا جوش دے لو۔ بعد جوش کے کسی روغنی برتن میں ڈال کر نمک مرچ اور ہلدی حسب ضرورت ڈالو۔ اور بقدر ضرورت ڈال کر تیل کا ڈورا دے کر برتن کا منہ باندھ کر رکھ دو اور بعد آٹھ روز کے استعمال کرو۔ اس اچار میں ہلدی زیادہ ڈالنی چاہئے

بھنڈی کا اچار

اس کا طریقہ آگے بیان ہوگا۔ جہاں سرکہ میں اچار ڈالنا مذکور ہوگا

ڈیلوں کا اچار

یہ پھل درخت کریر پر لگتا ہے۔ اس کے اندر بیج بکثرت ہوتے ہیں کوئی پھل بیر کے برابر کوئی اس سے بڑا ہوتا ہے۔ کسی قدر ڈیلوں کو تنکوں اور ڈنڈیوں سے پاک کر کے تین روز تک پانی میں تر رکھو۔ چار روز تک اس میں رائی نمک مرچ ہلدی ڈال کر برتن کا منہ بند کر کے رکھ دو۔ بعد چار روز کے تیل اس قدر ڈالو۔ کہ تر ہو جاویں۔ تب پھر ڈہانک کر رکھ دو۔ اور بعد ۸ روز کے استعمال کرو۔ اس اچار میں ہلدی زیادہ پڑتی ہے زیادہ سے مطلب یہ ہے۔ کہ معمول سے زیادہ نہ کہ حد سے زیادہ۔

کچری کا اچار

اس جنگلی پھل کو پنجابی میں چبڑ اور ہندوستانی میں کچری کہتے ہیں۔ سبز اور بعض قدرے زرد رنگ کے گول گول ہوتے ہیں۔ جیسے تھوڑے دنوں کا خربوزہ جب یہ پھل پک جاتا ہے اس میں سے ایک عجیب قسم کی بو آتی ہے جس پر ہرن کثرت سے مبتلا ہو کر دور دور سے اسکے کھانے کو آتا ہے۔ پختہ کچری لیکر چیر کر کسی برتن میں ڈال دو اور اسمیں نمک مرچ ہلدی بقدر ذائقہ اور رائی بمقدار مناسب ڈال کر برتن کا منہ بند کر کے رکھ دو۔ بعد چار روز کے اسمیں سرسوں کا تیل اس قدر ڈالو۔ کہ خوب تر ہو جاویں تب پھر ۸ روز تک برتن کو پڑا رہنے دو۔ بعد ۸ روز کے کھاؤ۔ اسکا کھانا سوئے ہضم اور ضعف معدہ کو مفید ہے معدہ کی رطوبت کو سوخت کرتا ہے۔ لیکن ہر روز کا کھانا اور بہت مدت تک استعمال

کرنا موجب جریان ہے۔

سیم کی پھلی کا اچار

سیم کی ملایم پھلیوں کو خفیف سا جوش دیکر سرد کر لو۔ تب کسی برتن میں ڈال کر نمک مرچ۔ ہلدی اور رائی بقدر حاجت ڈال کر قدرے سونف چھڑک دو اور تیل کا ڈورا دیکر برتن کا منہ بند کر کے رکھ دو۔ بعد ایک ہفتہ کے استعمال کرو۔ دوسرا طریقہ اس کے اچار کا سرکہ میں آگے آویگا

مٹر کی پھلی کا اچار

مٹر کی پھلیوں کو ابال لو مگر خفیف سا جوش دو۔ تب سرد کر دو جب خوب ٹھنڈی ہو جاویں۔ تب کسی برتن میں ڈال کر رائی پیس کر ڈال دو اور نمک مرچ۔ ہلدی بقدر ذایقہ چھوڑ کر برتن کو ڈھانپ دو۔ بعد تین روز کے سرسوں کا تیل اس قدر ڈالو کہ پھلیاں خوب تر ہو جاویں۔ تب پھر برتن کو ڈھانک کر رکھ دو۔ ایک ہفتہ بعد نوش جان کے استعمال کرو۔

سانگھر کی پھلی کا اچار

یہ لمبی لمبی اور باریک پھلیاں ہندوستان میں بکثرت ہوتی ہیں

پنجاب میں کم دیکھنے میں آتی ہیں۔ ان کو ثابت کسی روغنی برتن میں ڈال کر رائی اوپر سے ڈال کر نمک مرچ ہلدی اور کالی مرچ ڈال کر تھوڑا سا تیل کا ڈورا دیکر برتن کا منہ بند کر کے سات روز پڑا رہنے دو۔ تب تیل اس قدر ڈالو کہ خوب تر ہو جاویں۔ اور برتن پھر ڈھاپ کر گیارہ روز پڑا رہنے دو۔ بعد ازاں استعمال کرو۔

مدار یعنی آک کے پتوں کا اچار

مدار کے ملایم اور چھوٹے پتے لاکر پانی میں خوب اوبالو۔ بعد جوش دینے کے خوب ہی نچوڑو کہ تمام زہر باطل ہو جائے۔ تب کسی برتن میں ڈال کر رائی پتوں کا بیسواں حصہ ڈال دو۔ کالا نمک اور سیاہ مرچ اور ہلدی بقدر ذائقہ ڈال کر برتن کا منہ بند کر کے تین روز تک پڑا رہنے دو تب استعمال کرو۔ اس کا بتدریج کھانا بلغم بادی اور رطوبت معدہ کو پاک کرتا ہے۔ دہلی میں اس کا رواج زیادہ ہے۔

اچار اروی کے پتوں کا نیم کے پھول اور پتوں کیلا گوبہ کا

ان میں سے جس کا اچار ڈالنا ہو۔ اسکو کاٹ کر ٹکڑے ٹکڑے کر کے برتن میں ڈال کر رائی پیس کر ڈالو۔ نمک مرچ ہلدی بقدر ذائقہ ملا کر تھوڑا سرسوں کا تیل ڈال دو۔ اور بعد چار روز کے استعمال کرو۔ واضح ہو کہ ان میں سے نیم کے پھول اور پتوں کو اوبال کر نچوڑ لینا چاہئے تاکہ انکی کڑواہٹ نکل جائے۔ ہو کیلا یا اروی کے پتوں کے اچار میں رائی

اور مرچ زیادہ ڈالنی چاہیئے۔ کیونکہ بغیر زیادہ ڈالنے کے عمدہ نہیں ہوتیں

گھیکوار کا اچار

اس کا اچار ذایقہ میں تو کچھ عمدہ نہیں ہے۔ لیکن فوائد میں لاثانی ہے
پیٹ کی ثقالت کو گرانی کو قبض کو سدہ کو مفید ہے۔ صلابت طحال یعنی
تلی کی سختی اور ورم کو بڑا فائدہ کرتا ہے۔ جسکو بواسیر ریح ہو اسکو اس کا
کھانا از حد مفید ہے۔ معدہ کی رطوبت اور جسم کی بلغم کو فائدہ دیتا ہے
اسکے چند روز کے استعمال سے چوتھیہ بخار دور ہوتا ہے۔ نفخ شکم کو
مفید ہے۔ باد کو توڑ کر باہر نکال دیتا ہے۔ گھیکوار کا لعاب کسی برتن میں
ڈال کر رائی۔ نمک۔ مرچ۔ ہلدی۔ سونف ڈال دو۔ مگر مرچ سیاہ ڈالو۔ اور برتن
کو ڈہک کر رکھ دو۔ بعد پانچ روز کے استعمال کرو۔

طریقہ دوسرا

گھیکوار کا لعاب اس خوش اسلوبی سے تراشو کہ موٹا دلدار ٹکڑا اترے
اسی طرح بہت سے ٹکڑے لعاب کے تراش کر گھی میں قدرے
بھون لو۔ تاکہ انکے اجزا بوجہ بھن جانیکے بکھریں نہیں تب رائی۔ کلونجی اور
بہت قلیل المقدار نوشادر پیس کر کسی برتن میں ڈال کر سیاہ نمک اور کالی مرچ
اور ہلدی بقدر ذائقہ ملا کر برتن کو ڈہک کر رکھدو اور بعد ایک ہفتے کے استعمال کرو

آلو کا اچار

آلو کو ابال کر چھیل ڈالو۔ اور کسی نوکدار شے سے بیچ دو۔ اور

سرد کرلو۔ بعد سرد ہونے کے پھر پانی ڈال کر فی سیر ایک تولہ نوشادر پیس کر ڈال دو۔ اور چند عرصہ خوب ہی پکاؤ۔ جب دیکھ لو۔ کہ آلو گل گئے تب نکال کر سرد کرلو۔ بلکہ کچھ سرد پانی میں پڑے رہنے دو جس قدر سرد پانی ہوگا اسی قدر دیر پا رہیگا۔ الغرض کسی برتن میں ڈال کر آلو کے وزن سے دسواں حصہ رائی ڈالو۔ اور نمک مرچ۔ ہلدی بقدر ذائقہ ڈالو اور برتن کو ڈہاک کر رکھدو۔ بعد چار روز کے تیل اس قدر ڈالو۔ کہ خوب تر ہوجاویں۔ پھر برتن کو ڈہاک کر رکھ دو۔ اور گیارہ روز کے استعمال کرو سرد اور بلغمی مزاج کو اس اچار کا کھانا مضر ہے۔

مخفی نہ ہے۔ کہ سنگھاڑوں کا اچار بھی اسی طرح ڈالتے ہیں

ہرڑ کا اچار

اگر سبز ملیں تو رائی۔ نمک مرچ۔ ہلدی ملا کر تین روز کے بعد تیل کا ڈور ادیکر سات روز کے بعد استعمال کرو۔ اور اگر خشک کا اچار ڈالنا ہو۔ تو اول ان کو سات روز چونہ کے آب زلال میں تر رکھو۔ پھر اور سات روز کے وہاں سے نکال کر پانی مقطر میں ڈالکر خوب جوش دو جب اس عمل سے نرم ہوجاویں تب رائی۔ نمک۔ مرچ ہلدی ملا کر چاہے تیل کا ڈورا دیدو۔ چاہے سرکہ یا لیموں کا عرق ڈال دو۔ اور بعد تیار ہونے کے استعمال کرو۔ اگر تیل ڈالو۔ تو گیارہ روز کے بعد کھانے کے لائق ہوگا۔ اور اگر سرکہ ڈالو۔ تو ایک ہفتہ کے اندر تیار ہوجائیگا کیونکہ ایک تو سرکہ خود تیز ہے۔ دوسرا ہرڑ خشک بہنے

چونکہ خشک شے میں سرکہ جلد اثر کرتا ہے اس واسطے سرکہ والا اچار تیل والے اچار سے جلد تیار ہو جاتا ہے۔ معلوم ہے کہ چکنائی تیزی کو خواہ تیزاب کی ہو۔ خواہ کسی اور عرق کی اثر کرنے نہیں دیتی۔ جیسے کہ جہاں تیزاب کا چھینٹا پڑ جاتا ہے۔ اگر وہاں اسی وقت چکنائی لگائی جاوے۔ تو جلن بند ہو جاتی ہے۔ بنابریں رائی کی تیزی چکنائی پر اثر کم کرتی ہے اس لئے تیل والا آچار دیر میں تیار ہوتا ہے۔ بہ نسبت سرکہ کے کہ وہ جلد ہو جاتا ہے۔

ہلیلہ زرد کا اچار معدہ کو رطوبت سے پاک کرتا ہے۔ جوش صفراء کو ہٹاتا ہے۔ اور طبع کو نرم رکھتا ہے۔

بانس کا آچار

یہ اچار ہردوار ضلع رڑکی میں بکثرت ہوتا ہے کیونکہ اس جگہ بانس بہت پیدا ہوتا ہے۔ طریقہ اس کا یہ ہے کہ موٹے بانس کی ہری اور نرم کونپل کاٹ کر کسی برتن میں ڈال دو اور کونپل کے وزن سے بیسواں حصہ رائی پیس کر ملا دو۔ تب نمک مرچ ہلدی اور سونف بقدر حاجت ملا کر تین روز تک برتن کا منہ بند کر کے رکھ چھوڑو چوتھے روز منہ کھول کر تیل کا ڈال دو اور پھر منہ بند کر کے بعد گیارہ روز کے استعمال کرو۔ اگر سرکہ میں آچار ڈالنا ہو۔ تو رائی اور ہلدی کی کچھ ضرورت نہیں۔ صرف نمک مرچ بقدر حاجت ڈال کر رکھ دو۔ اور بعد پانچ یا سات یوم کے استعمال کرو۔

مدار کے پتوں کا اچار طریقہ دوسرا

کسی قدر مدار کے پتوں کو پانی میں ڈالدو اور فی سیر پانی میں ۵ تولہ نوشادر ڈال کر آگ پر خوب ہی پکاؤ۔ جب جوش کھاکر زرد ہو جاویں تب نکال کر زور سے دباکر نچوڑ دو کہ نوشادر کا پانی سب اس میں سے نکل جاوے۔ تب آب زلال میں خوب ڈہو ڈالو۔ کہ نوشادر کی بو جاتی رہے۔ اسوقت گرم مصالحہ پیسکر تیار رکھو۔ اور ایک ایک پتے کو گرم مصالحہ الگ الگ لگاکر ایک پتے پر دوسرا پتہ لگاتے جاؤ۔ جب تمام پتے تہ دار لگ جاویں۔ تب رائی اور نمک۔ مرچ۔ ہلدی۔ بقدر حاجت ملاکر قدرے تیل کا ذور اوپر دو اور برتن کو ڈہاک کر رکھہ دو۔ بعد تین روز کے اور تیل اس قدر ڈالو کہ تمام پتے تر ہو جاویں۔ تب ایک ہفتہ کے بعد نکال کر کھاؤ۔ فوائد اسکے پہلے اچار کے موافق ہیں۔

کدو ٹھینڈس۔ لوکی یعنی گھیا کا اچار

ان میں جس کا اچار ڈالنا منظور ہو۔ اسکو چھیل کر کسی برتن میں ابال کر ڈالو اور رائی۔ نمک۔ مرچ۔ ہلدی ملاکر رکھہ دو۔ اور بعد ابلنے کے تیل ملاکر پھر رکھہ دو۔ بعد ایک ہفتہ کے استعمال کرو۔ واضح ہو کہ اسی طرح سے ہر ایک موسمی پھل ترکاری کا اچار ڈال سکتے ہیں۔ جیسے بیر ولایتی مینگن تری۔ اروی۔ دیسی سیب۔ بیج لوکات وغیرہ۔ مگر واضح ہو کہ اصلی اچار صرف تھوڑے ہی ہیں۔ جیسے انبہ۔ ڈیلا۔ لیموں۔ گاجر۔ گاکل

عرق نعناع کا بیان اور اس میں اچار کا طریقہ

ابتک بہت لوگوں کو اس میں دھوکا ہے کہ یہ عرق نعناع کا بنا ہوا ہوتا ہے اور غلطی سے اسکو نانا کہتے ہیں۔ مگر یہ خیال غلط ہے۔ اب اسکی ماہیت سنئے۔ نعناع لفظ عربی ہے جسکی ہندی نہ پتیا ہے۔ یہ ایک قسم کی جنگلی بوٹی ہے جسکو پنجابی میں کھٹی بوٹی کہتے ہیں۔ اسکی بیل پھیلتی ہے شاخوں پہ تین تین پتے اکٹھے لگے ہوئے ہوتے ہیں۔ پتے چوڑے اور گول ہوتے ہیں۔ پھول زرد رنگ کا نکلتا ہے۔ ذائقہ اس کا ترش ہوتا ہے اس کے دو اقسام ہیں اول بحری دوسری بری۔ بحری پانی کے کنارے جھیلوں اور دریاؤں پہ ہوتی ہے ریتلی زمین جہاں کنکر یا بالو ہو ہوتی ہے۔ بری بحری سے زیادہ تیز اور ترش ہوتی ہے۔ اس کا عرق دو طرح سے نکالتے ہیں۔ ایک تو خالص یعنی صرف نعناع کا دوسرا مرکب یعنی جنگلی پودینہ کا جو زیادہ تیز اور ہاضم اور سریع النفوذ ہوتا ہے۔ عرق مرکب میں اکثر مچھلی جھینگو لے گوشت وغیرہ کا اچار ڈالتے ہیں۔ اہل فرنگ اس کو زیادہ رغبت سے کھاتے ہیں۔ مگر دوسرے عرق مفرد میں صرف ترکاری پھلیں اور میوہ جات کا اچار ڈالتے ہیں۔ اب اس کے عرق کھینچنے کا طریقہ لکھتے ہیں۔

واضح ہو کہ کسی قدر نعناع کو لے کر کچل کر دو گنے پانی میں ڈال کر رات بھر بھیگا رہنے دو صبح کو کسی دیگ میں ڈال کر نال لگا کر بذریعہ آگ و طریق معمولی عرق کھینچ لو۔ اور کسی بوتل

میں ڈال دو۔ یہ عرق سرکہ کے موافق ترش اور تند ہوتا ہے۔ دہلی میں
کثرت سے کھینچا جاتا ہے۔ جو اچار ڈالنے کے مصرف میں آتا ہے دوسرا
عرق مرکب جنگلی پودینہ اور نعناع کا اس طرح بناتے ہیں کہ نعناع اور جنگلی
پودینہ برابر وزن دوگنے پانی میں ڈال کر بطریق مذکورہ کھینچ لو۔ یعنی اگر
نعناع ایک سیر ہو۔ تو جنگلی پودینہ بھی ایک سیر ہو۔ مگر پانی چار سیر ہو کیونکہ
نعناع اور پودینہ دونوں مل کر دو سیر ہوئے۔ جن سے دوگنا پانی یعنی
چار سیر ہوا۔ یہ عرق مرکب گوشت وغیرہ کے اچار میں کام آتا ہے
اب ان میں اچار ڈالنے کا طریق بیان کرتے ہیں۔ عرق مرکب تو رہو
مچھلی۔ ڈولا مچھلی۔ بام مچھلی۔ بگا و مچھلی کا پیٹ چاک کر کے آنتیں اور
آلائش نکال دو۔ اور نمک مرچ لگا کر عرق میں ڈال دو۔ جھینگا سرخ رنگ
کا جو سمندر اور بحر قلزم میں بکثرت ہوتا ہے۔ اسی طرح ڈالتے میں گوشت
بکری کا۔ مرغ۔ بٹیر۔ تیتر اور تلیر کا چھوٹا چھوٹا کاٹ کر ڈال دیتے ہیں
یہ سب اشیا گیارہ روز کے بعد کھانے کے لائق ہوتی ہیں۔ بلکہ بعض
اشخاص اول جوش دے لیتے ہیں۔ اور گلا لیتے ہیں تاکہ جلد مطلب
حاصل ہو۔ عرق مفرد میں ہر قسم کا میوہ وغیرہ پڑ سکتا ہے۔ یعنی کشمش
چھوہارہ۔ بھنڈی۔ کریلا۔ بیر۔ بینگن۔ مولی۔ گوبھی۔ پیاز۔ لہسن۔ شلغم
مرچ سرخ۔ مٹر کی پھلی۔ ولائتی بینگن۔ آلو۔ کمرکھ۔ سیم کی پھلی۔ کچری
سونٹھ۔ بانس وغیرہ وغیرہ جو چاہو سو ڈال کر نمک مرچ بقدر ذائقہ
ڈال دو۔ اور بعد چار روز کے استعمال کرو۔ اسی طرح سرکہ میں عرق
انگور میں جس کا اچار چاہو ڈال سکتے ہو۔

چٹنیوں کے بیان میں

جس دسترخوان پر چٹنی نہیں۔ اس میں کھانے کا مزا کیا۔ کیونکہ چٹنی کا چٹ پٹا ذائقہ ایک گونہ طبیعت کو چست و چالاک کرتا ہے۔ اس کے کھانے سے گویا تمام کھانے تقویت پا جاتے ہیں۔ مثل مشہور ہے۔ کہ دسترخوان پر چٹنی لطف دیتی ہے۔ ہم چند تراکیب چٹنیوں کی جو ہمیں معلوم ہیں۔ قلمبند کرتے ہیں۔

انگور کی چٹنی:۔ انگور خام ۵ تولہ مرچ سیاہ ۳ ماشہ نمک بقدر ذائقہ الائچی دانہ ایک ماشہ سب کو رگڑ کر چٹنی تیار کر لو۔ بعض اس میں قدرے مصری ڈال دیا کرتے ہیں۔

انار دانہ کی چٹنی:۔ انار دانہ ۴ تولہ پودینہ ۳ ماشہ سونٹھ ایک ماشہ نمک مرچ بقدر ذائقہ سب کو رگڑ کر بجائے پانی کے سرکہ یا عرق لیموں ڈال کر بنا لو۔

طریق دیگر۔ انار دانہ ۴ تولہ۔ پودینہ ایک ماشہ قند سیاہ ایک تولہ نمک مرچ قدرے پانی سے رگڑ کر تیار کرو۔

انبہ کی چٹنی:۔ انبہ خام جو چھوٹے ہوں۔ چھلکا اور گٹھلی سے صاف کئے ہوئے ایک چھٹانک انار دانہ ۳ ماشہ۔ مرچ ایک ماشہ سرخ مرچ اور نمک بقدر ذائقہ ملا کر بذریعہ پانی رگڑ کر کھاؤ

پودینہ کی چٹنی:۔ پودینہ ۲ تولہ۔ نمک و مرچ بقدر ذائقہ الائچی ایک عدد سرکہ قدرے ملا کر بناؤ۔

چٹنی تلسی۔ نیاز بو جنگلی پودینہ:۔ ان ہر سہ اشیاء میں سے جسکی بنانی درکار ہو۔ اسکو ۳ تولہ لے لو۔ الائچی ایک عدد۔ نمک مرچ بقدر ذائقہ زیرہ سفید بھنا ہوا ۲ ماشہ سب کو کوٹ کر بذریعہ سرکہ رگڑ ڈالو۔

تے پتیا یعنی کھٹی بوٹی کی چٹنی:۔ تے پتیا ایک تولہ۔ آملہ چھ ماشہ انار دانہ کا عرق ایک تولہ نمک مرچ بقدر ذائقہ۔

کمرکھ کی چٹنی:۔ کمرکھ ایک عدد کلاں۔ زرشک کا چھلکہ ایک ماشہ نمک و مرچ بقدر ذائقہ پانی سے رگڑو۔ بعض اس میں مصری بھی ڈالتے ہیں

رائی کی چٹنی:۔ رائی کا سبز پودہ ایک تولہ۔ امچور چھ ماشہ سرکہ ایک تولہ۔ نمک مرچ بقدر ذائقہ ملاکر تیار کرو۔ بعض اشخاص بجائے پودہ تخم رائی ڈال دیا کرتے ہیں۔

کشٹہ کی چٹنی:۔ کشٹہ ایک تولہ۔ سرکہ ۲ تولہ۔ مصری چھ ماشہ نمک مرچ قدرے ملاکر بناؤ۔

زیرہ کی چٹنی:۔ زیرہ سفید بھنا ہوا۔ ایک تولہ۔ الائچی دانہ ۳ ماشہ امچور ۳ ماشہ۔ نمک مرچ بقدر ذائقہ بذریعہ پانی رگڑ کر تیار کرو

آملہ کی چٹنی:۔ آملہ ہرا دو عدد۔ مرچ سیاہ دس دانہ نمک قدرے مصری قدرے ملاکر بذریعہ پانی رگڑ کر تیار کرو۔

لیموں کی چٹنی:۔ لیموں کا گودہ ایک تولہ۔ پودینہ خشک ایک تولہ۔ نمک۔ مرچ بقدر ذائقہ ملاکر بناؤ۔ اگر مصری ڈالنی ہو۔ تو پودینہ مت ڈالو۔ بجائے پانی سرکہ ڈال کر رگڑو۔

امچور کی چٹنی :- امچور کسی قدر نمک مرچ بقدر ذائقہ ملا کر بذریعہ پانی چٹنی تیار کرو۔ اور اگر تھوڑا میٹھا ڈالنا ہو۔ تو بجائے پانی سرکہ ڈال کر رگڑ دو۔

دھنیا کی چٹنی :- دھنیا مقشر (یعنی چھلکہ سے صاف کیا ہوا) ۳ تولہ۔ نمک مرچ بقدر ذائقہ۔ مصری قدرے عرق لیموں یا سرکہ سے رگڑ کر تیار کرو۔ اور اگر میٹھا نہ ڈالو۔ تو قدرے پودینہ خشک ڈالو اور الائچی سفید ایک عدد بھی ڈالو۔

سونٹھ کی چٹنی :- میدہ سونٹھ ۲ ماشہ سرکہ ۵ تولہ نمک مرچ بقدر ذائقہ۔ کشمش چھ ماشہ سب کو خوب رگڑو۔ اگر شیریں بنانی ہو تو مصری ایک تولہ ملاؤ۔

پیاز کی چٹنی :- پیاز کسی قدر کاٹ کر چھوٹا چھوٹا کر لو۔ تب سرکہ میں ڈال کر گلاؤ۔ اور نمک مرچ پودینہ بقدر حاجت ملا کر تیار کرو۔

لہسن کی چٹنی :- لہسن چھیلا ہوا دو تولہ دھنیا کوٹا ہوا چھ ماشہ امچور ۲ ماشہ۔ نمک۔ مرچ بقدر ذائقہ الائچی ایک عدد سب کو پانی سے خواہ سرکہ سے رگڑ کر تیار کرو۔

ہری مرچوں کی چٹنی :- سبز مرچ کسی قدر نمک بقدر ذائقہ پانی بقدر ضرورت ملا کر تیار کرو۔

ولایتی بینگن کی چٹنی :- ولایتی بینگن کو پانی میں ابال کر نرم کر لو تب نمک مرچ سرکہ بقدر حاجت ملا کر رگڑو۔

شہتوت کے پتوں کی چٹنی :- شہتوت کے پتے کسی قدر رگڑ کر سیاہ مرچ اور نمک اور سرکہ بقدر ضرورت ملا لو۔

مولی کے پتوں اور سینگروں کی چٹنی:۔ مولی کے پتے ۵ تولہ مولی کا ایک ٹکڑا ایک تولہ سیاہ مرچ اور نمک بقدر ذائقہ۔ دھنیا ایک ماشہ۔ زیرہ ایک ماشہ سب کو رگڑ کر اور پانی ڈال کر تیار کرو۔

سرکہ کی مرکب چٹنی

کشمش عمدہ پاؤ بھر۔ مصری سفید ۲ تولہ الائچی سفید چھ ماشہ طباشیر چھ ماشہ۔ مرچ سیاہ بقدر ذائقہ۔ صمغ عربی ۹ ماشہ۔ مغز بادام و پستہ و چلغوزہ ہر ایک ۹ ماشہ۔ سرکہ آدھ سیر سب اجزا کو کوٹ کر ملا کر سرکہ میں گھوٹیں کہ یک جان ہو جاویں۔ تب کھاویں بعض شخص صرف قند سیاہ مرچ سیاہ۔ کشمش اور سرکہ قدرے ملا کر لعوق تیار کرتے ہیں۔ اور بعض شخص تخم خشخاش بھی مزے کے لئے ڈالتے ہیں یہ لعوق بہت ہی عمدہ اور ہاضم ہے۔

انبلی کی چٹنی

انبلی کا گودا کسی قدر نمک مرچ بقدر ذائقہ پودینہ بہت تھوڑا سب کو ملا کر بقدر ضرورت پانی ڈالکر چٹنی تیار کرو۔ تاکہ اسکو پتلی کہو

انبلی کے پتوں کی چٹنی

بجائے گودا انبلی کے درخت کے پتے اور سیاہ مرچ نمک اور پودینہ ڈالکر تیار کرو

خشک نمکین چٹنی

انجورہ ۵ تولہ نمک ۲ ماشہ مرچ سیاہ ۶ ماشہ۔ پودینہ خشک ۹ ماشہ۔ سب کو کوٹ کر خوب باریک کرو۔ وقت استعمال تھوڑے

سے پانی میں حل کر کے کھاؤ۔

دیگر:۔ مرچ سرخ ۳ ماشہ نمک ۳ ماشہ۔ مرچ سیاہ ۳ ماشہ زیرہ سفید ۶ ماشہ۔ دھنیا ۲ ماشہ۔ پودینہ ۶ ماشہ۔ امچور آدھ پاؤ۔ الائچی سفید ۳ ماشہ۔ لیموں کا ست ایک ماشہ سب کو کوٹ کر خوب باریک کرو۔ اور وقت حاجت تھوڑے سے پانی میں حل کر کے کھاؤ۔

خشک میٹھی چٹنی

مرچ سیاہ ایک ماشہ۔ مصری کوزہ چھٹانک۔ انبہ کا رس ۳ تولہ امچور ۱ تولہ۔ سب کو کوٹ کر تیار کرو۔ اور وقت حاجت پانی میں حل کر کے کھاؤ

دیگر:۔ شکر سفید آدھ پاؤ۔ زرشک ایک تولہ۔ اناردانہ باریک کیا ہوا دو تولہ۔ لیموں کا ست ۲ ماشہ۔ مرچ ۲ ماشہ۔ سب کو کوٹ کر باریک کر لو۔

واضح ہو۔ کہ گرم مزاج والے کو انبہ۔ پودینہ۔ رائی۔ کشٹہ لہسن سونٹھ۔ امچور۔ ولایتی بینگن کی چٹنی نہیں کھانی چاہئے۔ کیونکہ یہ خود گرم ہیں۔ مبادا کہیں سردردی۔ سوزش معدہ وغیرہ امراض پیدا کریں۔ زکام والے کو بھی نہ کھانی چاہئے

کانجی کے بیان میں

کانجی ایک قسم کا کچا سرکہ جو کہ ہاضم اور مشتہی ہوتا ہے۔ یہ دو طرح سے بنتا ہے۔ ایک رائی کا دوسرا زیرہ سفید کا۔ زیرہ کا تو صرف پینے کے

کام آتا ہے۔ اور رائی کا اچار وغیرہ اور پکوڑوں کے کام آتا ہے۔ اب ہم ہر ایک کی ترکیب علیحدہ علیحدہ بیان کرتے ہیں۔

زیرہ سفید کی کانجی

پانی ایک سیر زیرہ سفید ۲ تولہ۔ پانی کو جوش دیکر سرد کر لو۔ تاکہ اسکی رطوبت اور بلغم سڑ جائے کیونکہ چاہے کیسا ہی بادی پانی ہو۔ پکا لینے سے بے غش ہو جاتا ہے۔ زیرہ نیم کوفتہ بریان کر لو جسکو لوگ کچ بھنا کہتے ہیں، بعد بریان کرنے کے خوب ہی باریک کوٹ کر بذریعہ باریک کپڑے کے چھان لو۔ اور پانی میں ڈال دو۔ تب نمک بقدر ذائقہ اور بہت سی تھوڑی سیاہ مرچ ملا دو۔ اور بعد گزرنے ایک رات کے استعمال میں لاؤ۔ بعض اشخاص اس وزن میں نوشادر چھ ماشہ ملا دیا کرتے ہیں۔ تاکہ ہاضم زیادہ ہو۔

واضح ہو۔ کہ یہ پانی اکیلا پینے یا گول گپوں کے ساتھ پینے کے کام آتا ہے۔

رائی کی کانجی

یہ کانجی گاجر مولی شلغم کا اچار ڈالنے کے کام آتی ہے۔ پکوڑے اس میں گلا کر شکر اور چاولوں کے ساتھ کھائے جاتے ہیں۔ پنجاب میں اہل ہنود کے ہاں اکثر اس کا برتاؤ زیادہ ہے۔ اس کانجی میں پکوڑے جھرنی کے بنائے ہوئے ڈال کر رکھ دیتے ہیں۔ جو سات روز کے اندر رائی کی تیزی سے گل جاتے ہیں۔ اور ترش

ہو جاتے ہیں۔ تب ان میں شکر ملا کر روکھے یا روٹی سے کھاتے ہیں اور ذائقہ میں بہت ہی عمدہ معلوم ہوتے ہیں۔ پانی ایک سیر رائی عمدہ پسی ہوئی تولہ۔ نمک بقدر ذائقہ سب کو ملا کر دو روز تک محفوظ رکھو بعد اس کے استعمال کرو۔

رایتہ بنانا لوکی یعنی گھیا کا

موسم برسات میں اس کا لطف نہ پوچھو ایسا مزیدار بنتا ہے۔ کہ بھوک سے زیادہ کھانا کھا لیا جاتا ہے اور پھر ہاضم بھی ایسا کہ فوراً ہضم ہوا سمجھو۔ اس کے بنانے کی ترکیب یہ ہے۔ کہ لوکی لا کر کدوکش میں باریک کر لو۔ یا بذریعہ چاقو باریک بھجے کاٹ لو۔ اور پانی میں خفیف سا جوش دے لو۔ بعد ازاں سرد کر کے نچوڑ کر رکھو۔ تب وہی قدرے ترش لا کر اس میں پانی اس قدر ڈالو کہ قوام معتدل ہو جائے یعنی نہ پتلا رہے نہ سخت۔ تب لوکی کا تراش اس میں ملا کر نمک مرچ بقدر ذائقہ اور موافق انداز کے زیرہ سیاہ اور چند کالی مرچیں ثابت اور قدرے الائچی دانہ ثابت ڈال کر رایتہ تیار کرو۔

تمام شد

کارخانہ پیسہ اخبار لاہور کی صنعتی کتابیں

فن عطاری۔ اس کتاب میں تمام طبی ادویات تیار کرنے کی ترکیبیں اور ان ادویات کا نام درج ہے جو ایک کامیاب عطار بننے کے لئے کسی شخص کو معلوم ہونی لازمی ہیں۔ مختلف قسم کے اچار چٹنیوں تیزابوں روغن خوشبودار تیل۔ عطریات۔ عرق وغیرہ بنانے کا مفصل حال درج ہے۔ قیمت فی جلد ۸ر

رنگائی چھپائی۔ سوتی۔ ریشمی اور اونی کپڑے پر رنگ کرنے اور اس پر چھینٹ چھاپنے کے ۲۰ عجیب وغریب اور نادر نسخے جو آج تک ہندوستانیوں کو معلوم نہیں ہوئے۔ حجم ۱۲ صفحے قیمت صرف ۸ر فی جلد۔

روشنائی۔ ۳۰۰ تین سو مختلف انگریزی۔ ایرانی۔ جاپانی چینی رنگین روشنائیوں کے نسخے تیار کرنے اور لکھنے کی سیاہیاں بنانے کی ترکیبیں اس رسالہ میں درج کی گئی ہیں حجم ۴۸ صفحہ قیمت فی جلد ۸ر

جلا اور آبداری لکڑی۔ دھاتوں پتھروں۔ موتیوں وغیرہ کے سوا ہر چیز کو پالش کرنے اور جلا و آبداری دینے کی نادر ترکیبیں۔ اور مفصل بیان حجم ۱۶ صفحے قیمت ۸ر

مٹی کے برتنوں پر کانچ چڑھانا یہ ایک ایسی اور کارآمد کتاب ہے۔ کہ جس کو پڑھکر نوجوان آدمی خود بخود کاریگر بن سکتا ہے۔ اس میں کئی ترکیبوں کے علاوہ نقشجات اور تصویریں بھی دی گئی ہیں۔ حجم ۶۴ صفحے قیمت ۸ر

یہ کتابیں کارخانہ پیسہ اخبار لاہور سے مل سکتی ہیں

MB D
B...

13 July